

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

舞鶴東体育館11.12月の教室 ☎66-1061

休館日：11月21日(第3木曜日)

曜日	教室名	時間	講師	開催月	日程					場所	定員	参加料(1回)
月	Flow Yoga	9:50~10:50	西村かおる	11月	11	18	25			スタジオ	20名(先着順)	1200円
				12月	2	9	16	23				
	ダンスエアロ	11:00~12:00	西村かおる	11月	11	18	25			スタジオ	20名(先着順)	1200円
	バドミントン (18歳以上の 社会人・バド経験者)	19:00~20:30	秋本夏紀	11月	11	18	25			アリーナ	10名(月会員)	会員4500円(月) ビクター2500円(1回)
				12月	2	9	16					
火	フラダンス	13:00~14:00	MIKI	11月	5	12	19			スタジオ	20名(先着順)	1200円
				12月	3	10	17					
	ズンバ	14:15~15:15	小島純子	11月	5	12	19	26		スタジオ	20名(先着順)	1200円
			12月	3	10	17	24					
	リトモス	19:30~20:30	小島純子	11月	5	12	19	26		スタジオ	20名(先着順)	1200円
				12月	3	10	17	24				
水	シニアヨガ 55歳以上男性限定クラス	11:30~12:30	米村陽子	11月	6	20			スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				12月	4	18						
	リラクソヨガ	13:00~14:00	米村陽子	11月	6	20			スタジオ	20名(先着順)	1200円	
			12月	4	18							
	ズンバ夜間クラス	19:30~20:30	小島純子	11月	6	13	20	27		スタジオ	20名(先着順)	1200円
				12月	4	11	18	25				
木	姿勢改善エクササイズ	10:00~ 11:00	佐藤拓巳	11月	14	28			スタジオ	10名(先着順)	1200円	
				12月	休講							
金	ズンバ	10:15~11:15	小島純子	11月	1	8	15	22	29	スタジオ 多目的② (9/27)	20名(先着順)	1200円
				12月	6	13	20	27				
	免疫力UP~ ゆったりヨガ	13:00~14:00	西村かおる	11月	1	15				スタジオ	20名(先着順)	1200円
				12月	6	20						
太極舞	13:00~14:00	西村かおる	11月	8	22				スタジオ	20名(先着順)	1200円	
			12月	13	27							
	硬式テニススクール	13:00~15:00	貞由和範	12月	6	13	20	27	テニスコート	10名(先着順)	1500円 (会員制)	
土	免疫力UP~ ゆったりヨガ	19:30~20:30	西村かおる	11月	2					スタジオ	20名(先着順)	1200円
				12月	14	28						

東体育館キッズ&ジュニアスポーツスクール11.12月の予定 ☎66-1061

曜日	教室名	時間	講師	開催月	日程					場所	定員	参加料
月	ジュニアバドミントン <small>小学6年以上~高校生のバドミントン経験者</small>	19:00~20:30	秋本夏紀	11月	11	18	25			アリーナ	10名(月会員)	会員3500円(月) ビクター2000円(1回)
				12月	2	9	16					
火	キッズダンス (年長~小学3年生)	17:00~17:50	松本健作	11月	5	12	19			スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数
				12月	3	10	17					
金	キッズヒップホップ (年長~小学6年生)	17:00~17:45	WK(ワク)	11月	1	8	15	22	29	スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数
				12月	6	13	20	27				
	キッズブレイクダンス (小学1年~6年生)	18:00~18:50	WK(ワク)	11月	1	8	15	22	29	スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数
				12月	6	13	20	27				

見学や体験受付中です。詳しくは、東体育館にお問合せ下さい。



<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7120>
←東体育館・東舞鶴公園・前島テニスコートのHPはこちら



HIGASHIKOEN.HOKA5

【お願い】教室の休講はミスノHP・LINEに掲載しておりますので、ご確認くださいませ。