

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

舞鶴東体育館6.7月の教室 ☎66-1061

休館日：6月20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	10:00~11:00	西村かおる	6月	3	10	17	24		スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	1	8	22	29				
	Slow Flow Yoga	13:00~14:00	西村かおる	6月	3	10	17	24		スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	1	8	22	29				
Easy Dance	14:15~15:15	西村かおる	6月	3	10	17	24		スタジオ	20名(先着順)	1000円	
			7月	1	8	22	29					
	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	6月	3	10				アリーナ	10名(月会員)	会員4500円(月) ビジター2500円(1回) ※2月は会員3000円
				7月	1	8	22					
火	フラダンス	13:00~14:00	MIKI	6月	4	11	18			スタジオ	20名(先着順)	1000円
	ズンバ	14:15~15:15	小島純子	6月	4	11	18	25				
				7月	2	9	16	23	30			
	リトモス	19:30~20:30	小島純子	6月	4	11	18	25		スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	2	9	16	23	30			
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	6月	5	19				スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	3	17						
	リラックスヨガ	13:00~14:00	米村陽子	6月	5	19				スタジオ	20名(先着順)	1000円
7月				3	17							
	ズンバ夜間クラス	19:30~20:30	小島純子	6月	5	12	19	26		スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	3	10	17	24	31			
木	姿勢改善エクササイズ ~無料体験会~	10:00~11:00	佐藤拓巳	6月	13	27				スタジオ	10名(先着順)	無料
				7月	11	25						
	姿勢改善エクササイズ	10:00~11:00	佐藤拓巳	6月	13	27				スタジオ	10名(先着順)	1000円
				7月	11	25						
金	ズンバ	10:15~11:15	小島純子	6月	7	14	21	28		スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	5	12	19	26				
	免疫力UP~ ゆったりヨガ	13:00~14:00	西村かおる	6月	7	14	21	28		スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	5	12	19	26				
Q-renボディメンテナンス	14:30~15:30	西村かおる	6月	7	21				スタジオ	20名(先着順)	1000円	
			7月			閉講						
	太極舞	14:30~15:30	西村かおる	6月	14	28				スタジオ	20名(先着順)	1000円
				7月	12	26						
土	免疫力UP~ ゆったりヨガ	19:30~20:30	西村かおる	6月	8	22				スタジオ	20名(先着順)	1000円
7月	13	27										

東体育館キッズ&ジュニアスポーツスクール6.7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	6月	3	10				アリーナ	10名(月会員)	会員3500円(月) ビジター2000円(1回) ※2月は会員2400円
				7月	1	8	22					
火	キッズダンス (年長~小学3年生)	17:00~17:50	松本健作	6月	4	11	25			スタジオ	10名(月会員)	1000円×回数
				7月	2	9	16	23				
金	キッズヒップホップ (年長~小学6年生)	17:00~17:45	WK(ワ)	6月	7	14	21	28		スタジオ	10名(月会員)	1000円×回数
				7月	5	12	19	26				
	キッズブレイクダンス (小学1年~6年生)	18:00~18:50	WK(ワ)	6月	7	14	21	28		スタジオ	10名(月会員)	1000円×回数
				7月	5	12	19	26				

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