

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

文化公園体育館 8・9月の教室 ☎77-1850

休館日：8月13日(木)

| 曜日           | 教室名                     | 時間                | 講師    | 開催月 | 日程  |    |    |    |      | 場所            | 定員       | 参加料(1回)                                                            |
|--------------|-------------------------|-------------------|-------|-----|-----|----|----|----|------|---------------|----------|--------------------------------------------------------------------|
| 月            | チエアヨガ                   | 11:30～12:30(60分)  | 米村陽子  | 8月  | 3   | 10 | 17 | 24 |      | 8/3第1会議室・指導員室 | 15名(先着順) | 1200円                                                              |
|              |                         |                   |       | 9月  | 7   | 14 | 28 |    |      |               |          |                                                                    |
|              | リラックスヨガ                 | 13:00～14:00(60分)  | 米村陽子  | 8月  | 3   | 10 | 17 | 24 | 31   | 8/3第1会議室・指導員室 | 15名(先着順) | 1200円                                                              |
|              |                         |                   |       | 9月  | 7   | 14 | 28 |    |      |               |          |                                                                    |
|              | エクササイズ                  | 13:30～14:30(60分)  | 高橋由美子 | 8月  | 3   | 24 | 31 |    |      | 剣道場           | 20名(先着順) | 1200円                                                              |
|              |                         |                   |       | 9月  | 7   | 14 | 28 |    |      |               |          |                                                                    |
| 心と身体を整えるYoga | 19:30～20:45(75分)        | 西村かおる             | 8月    | 3   | 10  | 17 | 24 | 31 | 指導員室 | 15名(先着順)      | 1200円    |                                                                    |
|              |                         |                   | 9月    | 7   | 14  | 28 |    |    |      |               |          |                                                                    |
| 水            | 姿勢改善ピラティス               | 14:00～15:00(60分)  | 金浦理恵  | 8月  | 5   | 12 | 19 | 26 |      | 指導員室          | 10名(先着順) | 1200円                                                              |
|              |                         |                   |       | 9月  | 2   | 9  | 16 | 30 |      |               |          |                                                                    |
|              | 卓球教室                    | 13:00～14:30(90分)  | 小畑光生  | 8月  | 休 講 |    |    |    |      | アリーナ          | 20名(会員性) | 【会員】<br>一般4500円(月)<br>【ビジター】<br>一般2500円                            |
|              |                         |                   |       | 9月  | 2   | 9  | 16 |    |      |               |          |                                                                    |
| 木            | バドミントン(高校生以上・初心者クラス)    | 9:00～10:30(90分)   | 秋本夏紀  | 8月  | 6   | 20 | 27 |    |      | 剣道場           | 10名(月会員) | 【会員】<br>高校生3500円(月)<br>一般4500円(月)<br>【ビジター】<br>高校生2000円<br>一般2500円 |
|              |                         |                   |       | 9月  | 3   | 17 | 24 |    |      |               |          |                                                                    |
|              | バドミントン(高校生以上の社会人・バド経験者) | 10:00～12:00(120分) |       | 8月  | 6   | 20 | 27 |    |      |               | 10名(月会員) |                                                                    |
|              |                         |                   |       | 9月  | 3   | 17 | 24 |    |      |               |          |                                                                    |
| 金            | フラダンス                   | 13:00～14:00(60分)  | 塩見佐貴  | 8月  | 7   | 21 | 28 |    |      | 指導員室・第2会議室    | 15名(先着順) | 1200円                                                              |
|              |                         |                   |       | 9月  | 4   | 11 | 18 |    |      |               |          |                                                                    |

東舞鶴公園テニスコート 8・9月の教室 ☎63-7643

| 曜日 | 教室名       | 時間                | 講師   | 開催月 | 日程      |    |    |    |  | 場所     | 定員       | 参加料(1回)            |
|----|-----------|-------------------|------|-----|---------|----|----|----|--|--------|----------|--------------------|
| 金  | 硬式テニススクール | 13:00～15:00(120分) | 貞由和範 | 8月  | 猛暑のため休講 |    |    |    |  | テニスコート | 10名(先着順) | 1500円<br>(会員制)     |
|    |           |                   |      | 9月  | 4       | 11 | 18 | 25 |  |        |          |                    |
| 土  | 硬式テニススクール | 19:00～21:00(120分) | 山口淳夫 | 9月  | 11      | 18 | 25 |    |  | テニスコート | 10名(先着順) | 9/11無料体験会<br>1500円 |

伊佐津川運動公園 8月の教室 ☎75-2282

| 曜日 | 教室名   | 時間                | 講師   | 開催月 | 日程 |  |  |  |  | 場所   | 定員       | 参加料(1回) |
|----|-------|-------------------|------|-----|----|--|--|--|--|------|----------|---------|
| 金  | 夕暮れヨガ | 18:00～18:45 (45分) | 米村陽子 | 8月  | 28 |  |  |  |  | 芝生広場 | 20名(先着順) | 1000円   |

- 上記の教室は雨天中止です。開催の有無は管理棟までお問合せ下さい。
- 事前申し込みは不要です。管理棟で受付いたしますので、時間までにお越しください。

見学等受付中です。詳しくは、舞鶴文化公園体育館にお問合せ下さい。

ピックルボール体験会毎月開催！！

場所：舞鶴文化公園体育館もしくは舞鶴東体育館  
日時：毎月土日午後※変更となる場合もございます  
料金：500円(税込)  
持ち物：動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物  
ご参加受付中！！！！