

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

舞鶴東体育館4・5月の教室 ☎66-1061

休館日：4月16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	Slow Flow Yoga	9:30~10:45(75分)	西村かおる	4月	6	13	20	27	スタジオ 多目的(4/6)	20名(先着順)	1200円	
				5月	11	18	25					
	ダンスエアロ	11:00~12:00(60分)	西村かおる	4月	13	20	27	スタジオ	20名(先着順)	1200円		
				5月	11	18	25					
体の性能UP教室	13:00~14:00(60分)	酒井大樹	4月	13	20	27	アリーナ	20名(先着順)	1500円			
			5月	11	18	25						
バドミントン (18歳以上の 社会人・バド経験者)	19:00~20:30(90分)	秋本夏紀	4月	6	13	20	アリーナ	10名(月会員)	会員4500円(月) 11月は3000円 ビジター2500円(1回)			
			5月	11	18	25						
火	ズンバ	14:15~15:15(60分)	小島純子	4月	7	14	21	28	スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				5月	12	19	26					
リトモス	19:30~20:30(60分)	小島純子	4月	7	14	21	28	スタジオ	20名(先着順)	1200円		
			5月	12	19	26						
水	シニアヨガ 55歳以上男性限定クラス	11:30~12:30(60分)	米村陽子	4月	1	15	スタジオ	20名(先着順)	1200円			
				5月	20	27						
	リラックスヨガ	13:00~14:00(60分)	米村陽子	4月	1	15	スタジオ	20名(先着順)	1200円			
ズンバ夜間クラス	19:30~20:30(60分)	小島純子	4月	1	8	15	22	スタジオ	20名(先着順)	1200円		
			5月	13	20	27						
木	初めての大人バレエ	12:30~13:30(60分)	垣沼恵津子	4月	2	9	23	30	スタジオ	15名(先着順)	1200円	
				5月	7	14	28					
金	ズンバ	10:15~11:15(60分)	小島純子	4月	3	10	17	24	スタジオ 多目的(4/3)	20名(先着順)	1200円	
				5月	1	8	15	22				29
	心と身体を整えるYoga	13:00~14:00(60分)	西村かおる	4月	3	10	17	24	スタジオ 多目的(4/3)	20名(先着順)	1200円	
				5月	1	8	15	22				29
簡単わくわくリズム体操	14:30~15:30(60分)	赤井瑞枝	4月	3	10	17	24	スタジオ 多目的(4/3)	20名(先着順)	1200円		
			5月	1	8	15	22				29	
大人から始める ジャズヒップホップダンス	16:00~17:00(60分)	垣沼恵津子	4月	10	17	24	スタジオ	15名(先着順)	1200円			
			5月	1	8	15				22	29	
土	Slow Flow Yoga	11:00~12:00(60分)	西村かおる	4月	4	18	スタジオ 多目的(4/4)	20名(先着順)	1200円			
				5月	16	30						
大人から始める ジャズヒップホップダンス	19:30~20:45(75分)	垣沼恵津子	4月	11	25	スタジオ	15名(先着順)	1200円				
			5月	2	9				16	30		

東体育館キッズ&ジュニアスポーツスクール4・5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(90分)	秋本夏紀	4月	6	13	20	アリーナ	10名(月会員)	会員3500円(月) 11月は2400円 ビジター2000円(1回)		
				5月	11	18	25					
火	鉄棒チャレンジ (年長~小学3年生)	18:00~18:45(45分)	下村勇樹	4月	14	28	スタジオ	6名(月会員)	会員3000円(月) ビジター2000円(1回)			
				5月	12	26						
金	キッズヒップホップ (年長~小学6年生)	17:15~18:00(45分)	WK(ワ)	4月	3	10	17	24	スタジオ 多目的(4/3)	10名(月会員)	1200円×回数	
				5月	1	15	22	29				
キッズブレイクダンス (小学1年~6年生)	18:10~19:00(50分)	WK(ワ)	4月	3	10	17	24	スタジオ 多目的(4/3)	10名(月会員)	1200円×回数		
			5月	1	15	22	29					

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。