

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

舞鶴東体育館3・4月の教室 ☎66-1061

休館日：3月19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	3月	2	9	16	23	30	スタジオ	20名(先着順)	1200円
				4月	6	13	20	27				
	ダンスエアロ	11:00~12:00(60分)	西村かおる	3月	2	9	16	23	30	スタジオ 多目的(4/6)	20名(先着順)	1200円
				4月	6	13	20	27				
NEW!! 体の性能UP教室	13:00~14:00(60分)	酒井大樹	3月	23	30				アリーナ	20名(先着順)	1500円	
			4月	13	20	27						
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	3月	2	9	16			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)	
			4月	6	13	20						
火	ズンバ	14:15~15:15(60分)	小島純子	3月	3	10	17	24	31	スタジオ	20名(先着順)	1200円
				4月	7	14	21	28				
リトモス	19:30~20:30(60分)	小島純子	3月	3	10	17	24	31	スタジオ	20名(先着順)	1200円	
			4月	7	14	21	28					
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	3月	4	18			スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				4月	1	15						
	リラックスヨガ	13:00~14:00(60分)	米村陽子	3月	4	18			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	3月	4	11	18	25		スタジオ	20名(先着順)	1200円	
			4月	1	8	15	22					
木	初めての大人バレエ	12:30~13:30(60分)	垣沼恵津子	3月	5	12	26		スタジオ	15名(先着順)	1200円	
				4月	2	9	23	30				
金	ズンバ	10:15~11:15(60分)	小島純子	3月	6	13	27		スタジオ 多目的(4/3)	20名(先着順)	1200円	
				4月	3	10	17	24				
	心と身体を整えるYoga	13:00~14:00(60分)	西村かおる	3月	6	13	27		スタジオ 多目的(4/3)	20名(先着順)	1200円	
				4月	3	10	17	24				
	硬式テニススクール	13:00~15:00 (120分)	貞由和範	3月	休講					アリーナ	10名(先着順)	1500円 (会員制)
簡単わくわくリズム体操	14:30~15:30(60分)	赤井瑞枝	3月	6	13	27		スタジオ 多目的(4/3)	20名(先着順)	1200円		
			4月	3	10	17	24					
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	3月	6	13	27		スタジオ 多目的(4/3)	15名(先着順)	1200円		
			4月	3	10	17	24					
土	Slow Flow Yoga	11:00~12:00(60分)	西村かおる	3月	7	21			スタジオ 多目的(4/4)	20名(先着順)	1200円	
				4月	4	18						
	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	3月	7	14	21	28	スタジオ	15名(先着順)	1200円	
4月	11	25										

東体育館キッズ&ジュニアスポーツスクール3・4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	3月	2	9	16			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)
				4月	6	13	20					
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	3月	10	14			スタジオ	6名(月会員)	会員3000円(月) ビジター2000円(1回)	
				4月	14	28						
金	キッズヒップホップ (年長~小学6年生) 3月は無料体験会	17:15~18:00(45分)	WK(ワ)	3月	6	13	27		スタジオ 多目的(4/3)	10名(月会員)	1200円×回数	
				4月	3	10	17	24				
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)	3月	6	13	27		スタジオ 多目的(4/3)	10名(月会員)	1200円×回数		
			4月	3	10	17	24					

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。