

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

文化公園体育館1.2月の教室 ☎77-1850

休館日：1月9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	1月	6	20		指導員室・ 第2会議室	15名(先着順)	1200円	
				2月	3	10	17				
	リラックスヨガ	13:00~14:00(60分)	米村陽子	1月	6	20	27	指導員室	15名(先着順)	1200円	
				2月	3	10	17				
	エクササイズ	13:30~14:30(60分)	高橋由美子	1月	6	20	27	剣道場	20名(先着順)	1200円	
				2月	3	10	17				
	Flow Yoga	19:30~20:50(80分)	西村かおる	1月	6	20	27	指導員室	15名(先着順)	1200円	
				2月	3	10	17				
水	【New】 姿勢改善ピラティス 無料体験会	14:00~15:00(60分)	金浦理恵	2月	5	19		指導員室	10名(先着順)	無料	
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	1月	16	23	30	剣道場	10名(月会員)	【会員】 高校生3500円(月) 一般4500円(月) 【ビジター】 高校生2000円 一般2500円	
				2月	6	20	27				
	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)		1月	16	23	30		10名(月会員)		
				2月	6	20	27				
金	フラダンス	13:00~14:00(60分)	1月	10	17	24	31	指導員室・ 柔道場	15名(先着順)	1200円	
			2月	7	14	21	28				
	ナイトヨガ	19:30~20:30(60分)	1月	10				指導員室	15名(先着順)	1200円	
			2月	14							

東舞鶴公園テニスコート1.2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	1月	12月~2月は東体	テニスコート	10名(先着順)	1500円(会員制)

●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。

New教室 姿勢改善ピラティス 無料体験会

場 所：舞鶴文化公園体育館 アリーナ指導員室

日 時：2月5日(水) 19日(水) 14:00~15:00

対 象：16歳以上(初心者大歓迎)

受講料：無料

持ち物：運動できる服装、お飲み物、タオル、ヨガマット

定 員：各10名(先着順)

お申込：お電話、窓口、HPにて受付中！

皆様のご参加をお待ちしております！！