

# 舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

舞鶴東体育館12・1月の教室 ☎66-1061

休館日：12月18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	9:30～10:45(75分)	西村かおる	12月	1	8	15	22		スタジオ	20名(先着順)	1200円
	Slow Flow Yoga			1月	5	19	26					
	ダンスエアロ	11:00～12:00(60分)	西村かおる	12月	1	8	15	22		スタジオ	20名(先着順)	1200円
				1月	5	19	26					
	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	12月	1	8	15			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)
	1月			5	19	26						
火	ズンバ	14:15～15:15(60分)	小島純子	12月	2	9	16	23		スタジオ	20名(先着順)	1200円
	1月			6	13	20	27					
	リトモス	19:30～20:30(60分)	小島純子	12月	2	9	16	23		スタジオ	20名(先着順)	1200円
	1月			6	13	20	27					
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	12月	3	17				スタジオ	20名(先着順)	1200円
	1月			7	21							
	リラックスヨガ	13:00～14:00(60分)	米村陽子	12月	3	17				スタジオ	20名(先着順)	1200円
				1月	7	21						
	ズンバ夜間クラス	19:30～20:30(60分)	小島純子	12月	3	10	17	24		スタジオ	20名(先着順)	1200円
	1月			7	14	21	28					
木	NEW！！ 初めての大人バレエ	12:30～13:30(60分)	垣沼恵津子	1月	29					スタジオ	15名(先着順)	1200円
金	ズンバ	10:15～11:15(60分)	小島純子	12月	5	12	19	26		スタジオ	20名(先着順)	1200円
	1月			9	16	23	30					
	Slow Flow Yoga 心と身体を整えるYoga	13:00～14:00(60分)	西村かおる	12月	5	19				スタジオ	20名(先着順)	1200円
				1月	9	16	23	30				
	太極舞	13:00～14:00(60分)	西村かおる	12月	12	26				スタジオ	20名(先着順)	1200円
				1月	閉講							
	硬式テニススクール	13:00～15:00 (120分)	貞由和範	12月	12	19	26			アリーナ	10名 (先着順)	1500円 (会員制)
	1月			9	16	23	30					
NEW！！ 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	1月	23	30				スタジオ	15名(先着順)	1200円	
土	Slow Flow Yoga	11:00～12:00(60分)	西村かおる	1月	16	30				スタジオ	20名(先着順)	1200円
	NEW！！ 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	1月	24	31				スタジオ	15名(先着順)	1200円

## 東体育館キッズ&ジュニアスポーツスクール12・1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	12月	1	8	15			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)
				1月	5	19	26					
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	12月	9	23				スタジオ	6名(月会員)	会員3000円(月) ビジター2000円(1回)
				1月	6	20						
金	キッズヒップホップ (年長～小学6年生)	18:00～18:45(45分)	WK(ワ)	12月	5	12	19	26		スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数
				1月	9	16	23	30				
	キッズブレイクダンス (小学1年～6年生)	19:00～19:50(50分)	WK(ワ)	12月	5	12	19	26		スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数
				1月	9	16	23	30				

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



HICASHIHOUEN.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。