

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

舞鶴東体育馆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)		12月	1	8	15	22		スタジオ	20名(先着順)	1200円	
	バドミントン（18歳以上の社会人・バド経験者）			1月	5	19	26						
火	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)	
	ズンバ			1月	5	19	26						
	リトモス	19:30~20:30(60分)		12月	2	9	16	23		スタジオ	20名(先着順)	1200円	
	リラックスヨガ			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	
	リラックスヨガ			1月	7	21							
	ズンバ夜間クラス	19:30~20:30(60分)		12月	3	10	17	24		スタジオ	20名(先着順)	1200円	
	NEW！！ 初めての大人バレエ			1月	7	14	21	28					
木	ズンバ	10:15~11:15(60分)	小島純子	12月	5	12	19	26		スタジオ	15名(先着順)	1200円	
	Slow Flow Yoga 心と身体を整えるYoga			1月	9	16	23	30					
金	太極舞	13:00~14:00(60分)		12月	5	19				スタジオ	20名(先着順)	1200円	
	硬式テニススクール			1月	9	16	23	30	閉講				
	NEW！！ 大人から始める ジャズヒップホップダンス	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)	
	Slow Flow Yoga			1月	9	16	23	30					
土	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	
	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	

東体育馆キッズ＆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 小学6年生～高校生のバドミントン経験者	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(ワク)	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(ワク)	12月	5	12	19	26		スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数

見学や体験受付中です。詳しくは、東体育馆にお問合せ下さい。



<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7120>

←東体育馆・東舞鶴公園・前島テニスコートのHPはこちら



HICASHIKOEN_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。