

舞鶴スポーツネットワーク主催の教室

舞鶴東体育館6・7月の教室 ☎66-1061

休館日：6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	Slow Flow Yoga	9:30~10:45(75分)	西村かおる	6月	1	8	15	22	29	スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				7月	6	13	27						
	ダンスエアロ	11:00~12:00(60分)	西村かおる	6月	1	8	15	22	29	スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				7月	6	13	27						
	体の性能UP教室	13:00~14:00(60分)	酒井大樹	6月	1	8	15	22	29	アリーナ	20名(先着順)	1500円	
			7月	閉講									
	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	6月	1	8	15			アリーナ	10名(月会員)	会員4500円(月) ビジター2500円(1回)	
			7月	6	13	27							
火	ズンバ	14:15~15:15(60分)	小島純子	6月	2	9	16	23	30	スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				7月	7	14	21	28					
	リトモス	19:30~20:30(60分)	小島純子	6月	2	9	16	23	30	スタジオ	20名(先着順)	1200円	
			7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	6月	10	24				スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				7月	1	15							
		リラックスヨガ	13:00~14:00(60分)	米村陽子	6月	10	24				スタジオ	20名(先着順)	1200円
			7月	1	15								
	ズンバ夜間クラス	19:30~20:30(60分)	小島純子	6月	3	10	17	24		スタジオ	20名(先着順)	1200円	
			7月	1	8	15	22	29					
木	初めての大人バレエ	12:30~13:30(60分)	垣沼恵津子	6月	4	11	25			スタジオ	15名(先着順)	1200円	
				7月	2	9	23	30					
	マットピラティス	20:00~20:45(45分)	金浦理恵	6月	4	11	25			多目的	20名(先着順)	1200円	
			7月	2	9	23	30						
金	ズンバ	10:15~11:15(60分)	小島純子	6月	5	12	19	26		スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				7月	3	10	17	24	31				
		心と身体を整えるYoga	13:00~14:00(60分)	西村かおる	6月	5	12	19	26		スタジオ	20名(先着順)	1200円
				7月	3	10	17	24	31				
	簡単わくわくリズム体操	14:30~15:30(60分)	赤井瑞枝	6月	5	12	19	26		スタジオ	20名(先着順)	1200円	
			7月	3	10	17	24	31					
	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	6月	5	12	19	26		スタジオ	15名(先着順)	1200円	
			7月	3	10	17	24	31					
土	Slow Flow Yoga	11:00~12:00(60分)	西村かおる	6月	6	20				スタジオ	20名(先着順)	1200円	
				7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	6月	6	13	20	27		スタジオ	15名(先着順)	1200円	
			7月	4	11	18	25						

東体育館キッズ&ジュニアスポーツスクール6・7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	6月	1	8	15			アリーナ	15名(月会員)	会員3500円(月) ビジター2000円(1回)
				7月	6	13	27					
火	鉄棒チャレンジ (年長~小学3年生)	18:00~18:45(45分)	石蔵将崇	6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)
				7月	7	21						
水	競技力向上アスリートラボ 無料体験会	17:00~17:50(50分)	酒井大樹	7月	15	22	29			アリーナ	20名(先着順)	無料体験会
金	キッズヒップホップ (年長~6年生)	17:15~18:00(45分)	WK(ワ)	6月	5	12	19	26		スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数
				7月	3	10	17	24	31			
	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)	6月	5	12	19	26		スタジオ	10名(月会員)	1200円×回数
			7月	3	10	17	24	31				

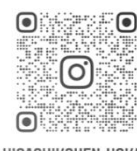
見学や体験受付中です。詳しくは、東体育館にお問合せ下さい。

<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



LINE



HIGASHIKOEN_HOKA5