

スポーツ教室・健康教室 日程のご案内

令和5年1・2・3月度

※12～2月のキッズ陸上教室は、布引体育館で開催いたします。室内シューズを必ずお持ちください。

2022.11.21

教室名	曜日	対象	時間	1月度					2月度					3月度					内容
				①	②	③	④	月謝	①	②	③	④	月謝	①	②	③	④	月謝	
体引き締めトレーニング&ヨガ	木	一般	10:00~11:15	1/12	1/19	1/26		3,300 円	2/2	2/9	2/16		3,300 円	3/2	3/9	3/16		3,300 円	筋トシと有酸素運動で代謝を高めて、引き締まった体づくり
キッズ陸上（高学年）		小学4～6年生	17:00~18:00	1/12 小アリーナ	1/19 小アリーナ	1/26 小アリーナ		3,300 円	2/2 大アリーナ	2/9 大アリーナ	2/16 大アリーナ		3,300 円	3/2	3/9	3/16		3,300 円	走る・跳ぶ・投げるの基本動作を専門的に学べます。
姿勢ウォーキング&ストレッチヨガ	金	一般	10:00~11:15	1/6	1/13	1/20		3,300 円	2/3	2/10	2/17		3,300 円	3/3	3/10	3/24		3,300 円	ウォーキングを通して姿勢を整え有酸素運動で脂肪燃焼。
キッズ陸上（低学年）		小学1～3年生	17:00~18:00	1/13 大アリーナ	1/20 大アリーナ	1/27 大アリーナ		3,300 円	2/3 大アリーナ	2/10 大アリーナ	2/17 大アリーナ		3,300 円	3/10	3/17	3/24		3,300 円	陸上競技に繋がる動作を楽しく学び、運動能力向上を目指します。
コアトレーニング&ジョギング		一般	19:30~20:45	1/13	1/20	1/27		3,300 円	2/3	2/10	2/17		3,300 円	3/10	3/17	3/24		3,300 円	コアトレーニングで身体を引き締め、ジョギングで心身をリフレッシュ。

- [注意事項]
- 動きやすい服装、タオル、飲み物、マスクをお持ちください
各教室に持ち物の指定がございます。申込時にご確認ください。
- ・館内に入場の際は必ずマスクを着用してください。
 - ・入会には会員アプリの登録、受講登録用紙記入が必要になります。
 - ・受講料は毎月の開催日数の金額になります。
 - ・初月以降の受講料は会員アプリを通してのクレジット決済になります。
 - ・教室入会の際は、入会金3,300円のお支払いが必要となります。
 - ・体験は各教室1回までになります。
 - ・教室の休会は休会前月20日まで、退会は退会当月20日までに各種届の提出をお願い致します。期日の過ぎた届は受付できません。※休会費1ヶ月550円
 - ・教室日程は変更する場合がございます。予めご了承ください。
- ご不明点がございましたら、窓口またはお電話でお問い合わせください

主催：東近江スポーツみらい創発パートナーズ代表企業 美津濃株式会社

施設HP
QRコード



東近江市総合運動公園 布引陸上競技場 電話 0748-20-1230、IP電話/FAX 050-5802-8801