

Table with columns for dates (1-30) and rows for facility names (競技場, 第一武道場, 第二武道場) and utilization zones (利用区分). Activities include Badminton, Table Tennis, Basketball, and Judo.

※この予定表は5月20日作成です。変更になることもありますのでHP/LINEにてご確認ください。
●団体利用枠に(毎週火曜日・金曜日)7日前までに申し込みがない場合は、個人利用に切り替えます。
●バドミントン(バド)・卓球は1時間単位の利用です。大会が早く終了した時は個人利用に切り替わる場合もあります。

<ミスグループ主催事業 6月スタート教室>

月曜日 会議室 女性の心身リフレッシュプログラム
◆朝活!!ふみふみエクササイズ 9:30~10:45
→女性のカラダのお悩み 筋膜ローラーで骨盤ケア
月謝制(7月~):3000円(税込、保険料含)体験800円
対象:一般(18歳以上)

◆産後ケア×エクササイズ 10:45~12:00
→赤ちゃんといっしょに産後の骨盤ケア
単発教室 いつでも1回1000円
対象:お子様連れ歓迎(未就園児1名まで 2か月~2歳まで)

金曜日 会議室 楽しくパンチやキックでストレス発散!!
◆スマッシュボクシング 10:30~11:30
月謝制:3,000円(税込、保険料含)体験800円
対象:一般(高校生以上)

6月は体験しよう!

- 1.朝活!!ふみふみエクササイズ...6月全4回単発1回1000円でじっくり体験
6/1.15.22.29 (月) 9:30~10:45 会議室
2.産後ケア×エクササイズ...予約なしで大丈夫!赤ちゃんといっしょにリフレッシュ ママだけ参加もOK!
6/1.15.22.29 (月) 10:45~12:00 会議室
1回1000円 いつでも単発で参加できます
3.スマッシュボクシング...6月5日(金) 10:30~11:30体験会 1回800円
6月からご入会いただけます

詳しくはお電話WEBまたは1階受付にて

練馬区立大泉学園町体育館 TEL:03(5905)1161



ミスグループ主催事業詳細はこちら

大泉学園町体育館
https://shisetsu.mizuno.jp/m-7504