

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

※この予定表は6月5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。

《お願い》

《区主催事業》

水曜日 ◆F柔道(水曜ファミリー柔道)

- 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。◆午後6時以降は、小学生以下のお子様だけの利用はできません。保護者(18歳以上)の同伴が必要です。

<ミスノグループ主催事業 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~):2700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



ミスノグループ主催事業詳細はこちらから

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

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