

# 各教室開催スケジュール

教室名	時間・対象	日程	定員	料金	予約
小学生跳び箱教室	小学1・2年生 10:00～11:00	12月1日(日) 8日(日)	各10名	¥1,000	LINE・電話 又は 受付にて
【定期】走り方教室	小学1～3年生 18:00～19:00 ※雨天中止	11月11日(月) 18日(月) 25日(月)	各15名	¥1,000	
【定期】走り方教室	小学4～6年生 18:00～19:00 ※雨天中止	11月 15日(金) 22日(金) 29日(金)	各15名	¥1,000	
シェイプアップ運動教室	成人 10:00～10:45	11月 14日(木) 21日(木) 28日(木) 12月 5日(木)	各10名	¥500	
筋力トレーニング教室	成人 10:00～10:45	11月 15日(金) 22日(金) 29日(金) 12月 6日(金)	各10名	¥500	
自重パーソナルトレーニング	成人 日時相談	相談		¥3,000	

**予約開始：11月1日（金曜日）～**

問合せ：MCMフェニックスグループ

長岡市営陸上競技場 担当：桐生

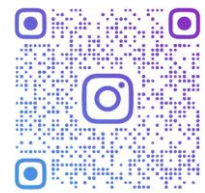
TEL：0258-27-6300

施設SNS

LINE



Instagram



ATHLETICS\_STADIUM.NAGAOKA