

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
運動会走り方教室	小学1～3年生 18:00～19:00 ※雨天中止	4月15日(月) 22日(月) 5月 9日(木) 13日(月) ※毎回内容が異なります	各日20名	¥1,000	LINE・電話 又は 受付にて
運動会走り方教室	小学4～6年生 18:00～19:00 ※雨天中止	4月19日(金) 26日(金) 5月10日(金) 17日(金) ※毎回内容が異なります	各日20名	¥1,000	
筋力トレーニング教室	成人 10:00～10:45	4月12日(金) 19日(金) 26日(金) 5月 10日(金)	各10名	¥500	
シェイプアップ運動教室	成人 10:00～10:45	4月11日(木) 18日(木) 25日(木) 5月 9日(木)	各10名	¥500	
ポールストレッチ	成人 14:00～14:45	4月12日(金) 19日(金) 26日(金) 5月 10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	各1名	¥3,000	

予約開始：4月1日（月曜日）～

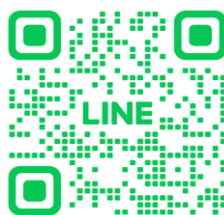
問合せ：MCMフェニックスグループ

長岡市営陸上競技場 担当：桐生

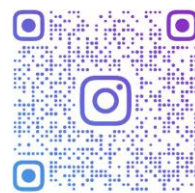
TEL：0258-27-6300

施設SNS

LINE



Instagram



ATHLETICS_STADIUM.NAGAOKA