

1月の教室開催

🐰スケジュール🐰

| 日程 | 時間・対象 | 教室名・場所 | 料金 | 定員 | 予約 |
|--|---|------------------------------------|---------------|------|--------------|
| 1月15日(月) 1月22日(月) 1月29日(月) | 10:00~11:00 フリー | やさしいヨガ教室 (クラブハウス2F) | 500円 | 各10名 | 電話又は 受付にて |
| ※ 1月 9日(火) ※ 1月13日(土) ※ 1月15日(月) ※ 1月20日(土) ※ 1月22日(月) ※ 1月29日(月) | 19:30~20:15 10:30~11:15 19:30~20:15 10:30~11:15 19:30~20:15 19:30~20:15 フリー | ZUMBA (クラブハウス2F) | 500円 | 各8名 | 電話又は 受付にて |
| 1月 9日(火) 1月16日(火) 1月23日(火) 1月30日(火) | 10:00~11:00 フリー | スポレック教室 (屋根付多目的コート) | 500円 | 各10名 | 電話又は 受付にて |
| 1月 5日(金) 1月12日(金) 1月19日(金) 1月26日(金) | 10:00~10:45 フリー | トレーニング教室 (クラブハウス2F) | 500円 | 各10名 | 電話又は 受付にて |
| 要相談 | 要相談 高校生以上 | パーソナルトレーニング (クラブハウス2F) | 1時間 4,000円 | 各1名 | 電話又は 受付にて |
| 1月 7日(日) | ①10:00~10:45 ②14:00~14:45 4~6歳の幼児 | 前跳び！後ろ跳び！ 幼児縄跳び教室 (クラブハウス2F) | 500円 | 各5名 | 電話又は 受付にて |
| ※ 1月13日(土) ※ 2月10日(土) | 14:00~15:00 小学校1~3年生 | 小学生マット運動教室 (クラブハウス2F) | 1,000円 | 各10名 | 電話又は 受付にて |
| ※ 1月20日(土)② ※ 1月27日(土)① ② | ①10:00~11:00 ②14:00~15:00 小学校1~2年生 | 小学生跳び箱教室 (クラブハウス2F) | 1,000円 | 各10名 | 電話又は 受付にて |

ご注意・・・ ※印がある開催日の予約受付は1月5日(金)

9:00開始となります。ご了承の程よろしくお願いたします。

ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

ニュータウン運動公園 長岡市陽光台5丁目3番地 0258-86-7386 長岡市指定管理者 MCMフェニックスグループ