

# 9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           |
|--|---|-------------------------------------|---------------|------|--------------|
| 9月 2日(月)<br>9月 9日(月)<br>9月30日(月)   | 10:00~11:00<br>フリー  | やさしいヨガ教室<br>(クラブハウス2F)              | 500円          | 各10名 | 電話又は<br>受付にて |
| ※ 9月 6日(金)<br>※ 9月 9日(月)<br>※ 9月11日(水)<br>※ 9月17日(火)<br>※ 9月24日(火)<br>※ 9月30日(月) | 19:30~20:15<br>19:30~20:15<br>19:30~20:15<br>19:30~20:15<br>19:30~20:15<br>19:30~20:15<br>フリー | ZUMBA<br>(クラブハウス2F)                 | 500円          | 各9名  | 電話又は<br>受付にて |
| 9月 3日(火)<br>9月10日(火)<br>9月17日(火)<br>9月24日(火)                                     | 10:00~11:00<br>フリー  | スポレック教室<br>(屋根付多目的コート)              | 500円          | 各10名 | 電話又は<br>受付にて |
| 9月 6日(金)<br>9月13日(金)<br>9月20日(金)<br>9月27日(金)                                     | 10:00~10:45<br>フリー  | トレーニング教室<br>(クラブハウス2F)              | 500円          | 各10名 | 電話又は<br>受付にて |
| 要相談  | 要相談<br>高校生以上  | パーソナルトレーニング<br>(クラブハウス2F)           | 1時間<br>4,000円 | 各1名  | 電話又は<br>受付にて |
| ※ 9月16日(月祝)<br>※ 10月 5日(土)   | ①10:30~11:15<br>②14:30~15:15<br>4歳~6歳と保護者   | 投げる!走る!跳ぶ!<br>親子運動教室<br>(屋根付多目的コート) | 500円          | 各10組 | 電話又は<br>受付にて |
| ※ 9月11日(水)<br>※ 9月18日(水)<br>※ 9月25日(水)<br>※ 10月 2日(水)                            | 18:00~19:00<br>小学校1~3年生   | 小学生マラソン教室<br>(屋根付多目的コート)            | 1,000円        | 各10名 | 電話又は<br>受付にて |

ご注意・・・ ※印がある開催日の予約受付は9月1日(日)

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