

5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
5月 1日(月) 5月 8日(月) 5月15日(月) 5月22日(月) 5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
※5月15日(月) ※5月20日(土) ※5月22日(月) ※5月27日(土) ※5月29日(月)	19:30~20:15 10:30~11:15 19:30~20:15 10:30~11:15 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
5月 2日(火) 5月 9日(火) 5月16日(火) 5月23日(火) 5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
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
5月10日(水) 5月17日(水) 5月24日(水) 5月31日(水)	10:00~10:45 フリー	60歳からの 運動教室 (クラブハウス2F)	500円	各10名	電話又は 受付にて
5月12日(金) 5月19日(金) 5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
(4月~継続中) 5月10日(水) 5月17日(水)	18:30~19:30 小学校1~3年生	運動会走り方教室 (屋根付多目的コート)	①5回コース 4,000円 ②1回毎 1,000円	各15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5月1日(月)

9:00開始となります。ご了承の程よろしくお願いいたします。

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