

8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
8月 5日(月) 8月19日(月) 8月26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
※ 8月 5日(月) ※ 8月 9日(金) ※ 8月14日(水) ※ 8月19日(月) ※ 8月21日(水) ※ 8月26日(月)	19:30~20:15 19:30~20:15 19:30~20:15 19:30~20:15 19:30~20:15 19:30~20:15 19:30~20:15 フリー	ZUMBA (クラブハウス2F)	500円	各9名	電話又は 受付にて
8月 6日(火) 8月13日(火) 8月20日(火) 8月27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
8月 2日(金) 8月 9日(金) 8月16日(金) 8月23日(金) 8月30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
※ 8月31日(土)	①10:30~11:15 ②14:30~15:15 4歳~6歳と保護者	投げる！走る！跳ぶ！ 親子運動教室 (屋根付多目的コート)	500円	各10組	電話又は 受付にて
※ 8月28日(水) ※ 9月 4日(水)	18:00~19:00 小学校1~3年生	小学生走り方教室 (屋根付多目的コート)	1,000円	各12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8月1日(木)

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