

2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
2月 2日(月) 2月 9日(月) 2月16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
※ 2月 4日(水) ※ 2月 7日(土) ※ 2月 9日(月) ※ 2月16日(月) ※ 2月18日(水) ※ 2月21日(土) ※ 2月24日(火) ※ 2月27日(金)	19:30～20:15 10:30～11:15 19:30～20:15 19:30～20:15 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13名	電話又は 受付にて
2月 3日(火) 2月10日(火) 2月17日(火) 2月24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
2月 6日(金) 2月13日(金) 2月20日(金) 2月27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
※ 2月21日(土) ※ 2月28日(土)	14:00～14:45 フリー	冬のシェイプアップ教室 (クラブハウス2F)	500円	各10名	電話又は 受付にて
※ 2月23日(月祝)	10:00～10:45 小学1～3年生	小学生運動あそび教室 (クラブハウス2F)	500円	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

ご注意・・・ ※印がある開催日の予約受付は2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