

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 7日(月) 8月14日(月) 8月21日(月) 8月28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14日(月) ※8月19日(土) ※8月21日(月) ※8月26日(土) ※8月28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
8月 1日(火) 8月 8日(火) 8月15日(火) 8月22日(火) 8月29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
8月 4日(金) 8月10日(木) 8月18日(金) 8月25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
※8月19日(土)	①10:00～10:45 ②14:00～14:45 4～6歳と保護者	親子トレーニング教室 (屋根付多目的コート)	①②とも 500円	各10組	電話又は 受付にて
※8月26日(土) ※9月 2日(土)	①15:00～16:00 小学校1～3年生 ②16:15～17:15 小学校4～6年生	走り方教室 (屋根付多目的コート)	①②とも 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(火)
9:00開始となります。ご了承の程よろしくお願ひいたします。**

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