

12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
12月 4日(月) 12月11日(月) 12月18日(月) 12月25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
※12月 9日(土) ※12月11日(月) ※12月12日(火) ※12月16日(土) ※12月18日(月) ※12月23日(土) ※12月25日(月)	10:30～11:15 19:30～20:15 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
12月 5日(火) 12月12日(火) 12月19日(火) 12月26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
12月 1日(金) 12月 8日(金) 12月15日(金) 12月22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
※12月17日(日) ※ 1月 7日(日)	①10:00～10:45 ②14:00～14:45 4～6歳の幼児	前跳び！後ろ跳び！ 幼児縄跳び教室 (クラブハウス2F)	500円	各5名	電話又は 受付にて
※12月24日(日)	①13:00～14:15 ②14:45～16:00 4歳～小学校3年生	🎄クリスマス🎄 🏆スポーツチャレンジ🏆 (屋根付多目的コート)	500円	各16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12月1日(金)
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