

3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
3月 2日(月) 3月 9日(月) 3月16日(月) 3月23日(月) 3月30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
※ 3月 4日(水) ※ 3月 7日(土) ※ 3月 9日(月) ※ 3月11日(水) ※ 3月16日(月) ※ 3月18日(水) ※ 3月21日(土) ※ 3月23日(月) ※ 3月25日(水) ※ 3月30日(月)	19:30~20:15 10:30~11:15 19:30~20:15 19:30~20:15 19:30~20:15 19:30~20:15 10:30~11:15 19:30~20:15 19:30~20:15 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
3月 3日(火) 3月10日(火) 3月17日(火) 3月24日(火) 3月31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
3月 6日(金) 3月13日(金) 3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
※ 3月20日(金祝)	10:00~10:45 <small>施設での教室に 参加した事がない方</small>	~無料体験~ トレーニング教室 (クラブハウス2F)	無料	10名	電話又は 受付にて
※ 3月21日(土)	14:00~14:45 4~6歳と保護者	親子でできる運動教室 (屋根付多目的コート)	500円	15組	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3月1日(日)

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