

6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
6月 3日(月) 6月10日(月) 6月17日(月) 6月24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
※ 6月 7日(金) ※ 6月10日(月) ※ 6月12日(水) ※ 6月17日(月) ※ 6月21日(金) ※ 6月24日(月) ※ 6月26日(水)	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
6月 4日(火) 6月11日(火) 6月25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
6月 7日(木) 6月14日(金) 6月21日(金) 6月28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
6月12日(水) 6月17日(月) 6月26日(水)	14:00~14:45 フリー	ポールストレッチ& プチ筋トレ教室 (クラブハウス2F)	500円	各10名	電話又は 受付にて
6月16日(日) 6月29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

ご注意・・・ ※印がある開催日の予約受付は6月1日(土)

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