

体のゆがみを知り、本来ある形・機能を取り戻しましょう！

カラダ調整体操（チケット制）

無料体験実施中！

★ 火曜・ビギナークラス

カラダスッキリ！
これから始める方におすすめです。

ご自身の体のゆがみを知り、改善する事を目的としたエクササイズを行います。姿勢づくりの基礎からスタートするので、これから始める方・体力に自信のない方におすすめです。

★ 木曜・プラスクラス

体を整え、より良い動作・姿勢を身につけたい方に。

体のゆがみを知り改善し、姿勢を整える目的のストレッチやエクササイズを行います。加えて背骨や股関節などの機能向上、体の動かし方が学べるクラスです。

場所

神奈川県立スポーツセンター
スポーツアリーナ2 フェンシングフロア

日時

カラダ調整火曜・ビギナークラス
9:30-10:30（定員40名）
カラダ調整木曜・プラスクラス
9:30-10:30（定員40名）

受講料

チケット：1回券¥1,200
4回券¥4,800 11回券¥12,000

持ち物

動きやすい服装
タオル・飲み物



講師：八巻稔秀

お申し込み
お問い合わせ

神奈川スポーツコミュニケーションズ株式会社

TEL：0466-82-7050

〒251-0871 神奈川県藤沢市善行7-1-2
神奈川県立スポーツセンター
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7624>

●営業時間 9:00～21:00

●休場日 毎週月曜日・祝日の翌日

主催：神奈川スポーツコミュニケーションズ株式会社 協力：ミズノ株式会社、公益財団法人神奈川県スポーツ協会

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。
当グループ主催イベントの案内等を送付する場合がございますので、ご了承ください。

キリトリ

2026年度教室申込書

教室名	KSCカラダ調整体操 火曜ビギナー・木曜プラス・両方				
(フリガナ) 氏名		保護者 氏名		性別	男・女
生年月日	西暦	年	月	日	(歳)
住所	〒 - 神奈川県 市				
ご本人連絡先	(携帯)		(自宅)		
緊急連絡先 (1名は必ず ご記入ください)	①お名前:		緊急連絡先:		(続柄)
	②お名前:		緊急連絡先:		(続柄)
メールアドレス					

体のゆがみを知り、本来ある形・機能を取り戻しましょう！！

カラダ調整体操カレンダー

4月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

※13日はA1サブフロアで開催

10月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

※3日はA1サブフロアで開催

1月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

3月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

お申し込み
お問い合わせ

神奈川県スポーツコミュニケーションズ株式会社

TEL : 0466-82-7050

〒251-0871 神奈川県藤沢市善行7-1-2
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7624>

- 営業時間 8:30~21:00
- 利用時間 9:00~21:00
- 休場日 毎週月曜日・祝日の翌日