

夏季スポーツ・健康運動教室 参加者募集のお知らせ

月曜日	プラチナピクス	土曜日	ピラティス			
	日程 7/3 ~ 9/25 時間 10:00 ~ 11:30 場所 会議室(大) 参加費 4,080円/8回 休み 7/10,17・8/14・9/11,18 講師 芝崎美幸先生		日程 7/1 ~ 9/9 時間 10:00 ~ 11:00 場所 会議室(大) 参加費 4,140円/9回 休み 8/12・9/2 講師 前田瑞穂先生			
火曜日	シニアスポーツクラブ	ヨガ	スポーツ塾(小学生)	ヒップホップ(小学生)	エアロピクス&バランスボールエクササイズ	
	日程 7/4 ~ 9/26 時間 10:00 ~ 11:15 場所 フリースペース 参加費 4,920円/12回 休み 8/15 講師 小林明美先生	日程 7/4 ~ 9/26 時間 10:00 ~ 11:15 場所 会議室(大) 参加費 5,520円/12回 休み 8/15 講師 木村千保先生/池村美保先生(随時わり)	日程 7/11 ~ 9/19 時間 17:15 ~ 18:15 場所 アリーナ 参加費 4,600円/10回 休み 8/15 講師 安里寛子先生	日程 7/11 ~ 9/19 時間 17:30 ~ 18:30 場所 会議室(大) 参加費 4,600円/10回 休み 8/15 講師 AYANO先生	日程 7/11 ~ 9/19 時間 19:00 ~ 20:30 場所 アリーナ 参加費 4,600円/10回 休み 8/15 講師 芝崎美幸先生	
水曜日	男性トレーニング&女性シェイプアップ男性クラス	男性トレーニング&女性シェイプアップ女性クラス	男性トレーニング&女性シェイプアップ混合クラス	エアロピクス	夜間ヨガ	
	日程 7/5 ~ 9/27 時間 9:00 ~ 10:45 場所 会議室(大) 参加費 10,010円/13回 講師 小松明代先生 (健康運動指導士) 雲井淑絵先生 (健康運動指導士)	日程 7/5 ~ 9/27 時間 9:45 ~ 11:30 場所 会議室(大) 参加費 10,010円/13回 講師 小松明代先生 (健康運動指導士) 雲井淑絵先生 (健康運動指導士)	日程 7/5 ~ 9/27 時間 10:45 ~ 12:30 場所 会議室(大) 参加費 10,010円/13回 講師 小松明代先生 (健康運動指導士) 雲井淑絵先生 (健康運動指導士)	日程 7/5 ~ 9/27 時間 10:00 ~ 11:30 場所 アリーナ 参加費 5,520円/12回 休み 9/20 講師 芝崎美幸先生 (健康運動指導士)	日程 7/12 ~ 9/13 時間 19:00 ~ 20:15 場所 会議室(大) 参加費 4,600円/10回 講師 高橋弘之先生	
木曜日	ピラティス	ラテンエクササイズ	ソフトヨガ	じりき整体		
	日程 7/6 ~ 9/28 時間 10:00 ~ 11:00 場所 会議室(大) 参加費 5,520円/12回 休み 8/24 講師 前田瑞穂先生	日程 7/6 ~ 9/28 時間 11:15 ~ 12:15 場所 会議室(大) 参加費 5,520円/12回 休み 8/24 講師 前田瑞穂先生	日程 7/6 ~ 9/28 時間 13:00 ~ 14:30 場所 会議室(大) 参加費 5,520円/12回 休み 8/3 講師 黒川依子先生	日程 7/6 ~ 9/28 時間 19:00 ~ 20:00 場所 会議室(大) 参加費 5,520円/12回 休み 7/27 講師 森田直樹先生		
金曜日	気功と太極拳	シニアスポーツクラブ	シニアスポーツクラブ(火・金)	リハビリトックス&フェイストレーニング	夜間ピラティス	
	日程 7/7 ~ 9/29 時間 9:30 ~ 11:15 場所 会議室(大) 参加費 5,520円/12回 休み 8/11 講師 高瀬よりえ先生(師範) 楠田節子先生(準師範)	日程 7/7 ~ 9/29 時間 10:00 ~ 11:15 場所 フリースペース 参加費 4,920円/12回 休み 8/11 講師 衛藤町実先生	日程 7/4 ~ 9/29 時間 10:00 ~ 11:15 場所 フリースペース 参加費 8,860円/24回 休み 8/11・15 講師 小林あけみ先生 衛藤町実先生	日程 7/7 ~ 9/29 時間 11:30 ~ 12:30 場所 会議室(大) 参加費 5,520円/12回 休み 8/11 講師 安里寛子先生	日程 7/14 ~ 9/22 時間 19:00 ~ 20:00 場所 会議室(大) 参加費 4,600円/10回 休み 8/11 講師 中島悦子先生	

応募先

●八幡市民体育館

住所：八幡市野尻正畑12番地 TEL：075-981-6111 FAX：075-981-6820