

春季(4月~6月)スポーツ・健康運動教室の参加者募集 (男山レクリエーションセンター開催分)

【所在地】八幡市八幡大谷85-21

【電話番号】075-983-1611

キッズサッカー 全10回

未就学児のクラスです!! ワイワイ楽しくサッカーしましょう!

水

4/3~6/12 16:00~17:00 7,200円(10回)

屋外のため、雨天時は中止します。(6/19・26予備日)



硬式テニス 全10回

水

4/3~6/12 (6/19・26予備日)

初心	9:30~11:00	10,200円
初級	11:15~12:45	10,200円
トーナメント	13:00~14:30	12,800円
キッズ	15:30~16:30	7,200円
ジュニア基本	16:40~17:40	7,200円
ジュニア基本	17:50~18:50	7,200円

木

4/4~6/13 (6/20・27予備日)

初級	9:30~11:00	10,200円
初心	11:15~12:45	10,200円
中級	13:00~14:30	10,200円

屋外のため雨天は中止します。(各曜日予備日あり)



キッズ・ジュニアクラス

キッズ...未就学児(年中)~小学1年生
ジュニア基本...小学2年生~
ジュニア基本...小学5年生~中学生

一般クラス

初心...初めてテニスをされる方やブランクがある方
初級...各ショットの基本を理解し、ラリーが安定してできる方
中級...各ショットが安定し、ゲームを進めることができる方
トーナメント...大会に出場し、上位を目指す方

健康運動

火

気功と太極拳	9:30~11:15	5,520円(12回)
姿勢改善体幹トレーニング	11:30~12:30	5,060円(11回)

4/2~6/25

気功: 4月30日休み
姿勢改善: 4月9・30日休

水

女性体幹トレーニング	9:15~10:15	5,520円(12回)
女性ストレッチ	10:25~11:25	5,520円(12回)
体幹トレーニング	11:35~12:35	5,520円(12回)

4/3~6/26

5月1日休み

木

ストレッチヨガ	9:45~11:00	5,060円(11回)
姿勢改善ヨガ	11:15~12:30	5,060円(11回)

4/4~6/27

5月2・16日休み

金

ピラティス	9:45~10:45	5,520円(12回)
ヨガ	11:15~12:30	5,520円(12回)

4/5~6/28

5月3日休み