



北部体育館

1回
500円

6月に昼間教室を 体験受講できます！

気軽にご参加ください！
自分に合った教室をお選びいただけます。

持ち物

室内用シューズ
飲み物、タオル



シニア健康体操教室

火・金 13:30~14:30

- ◇対象 18歳以上(※シニア健康体操のみ60歳以上)
- ◇申込み 教室開催日に体育館窓口へお越しください
※来館時は必ずマスクを着用ください

1日、4日、8日、11日
15日、18日、22日、25日
※火曜のみ、7月20日も開催します

筋トレ&エアロビクス

月・木 10:00~11:00

3日、10日、14日、17日、21日、24日



姿勢改善

木 13:30~14:30

3日、10日、17日、24日

ダンス&エアロビクス

水・金 10:00~11:00

2日、4日、9日、11日、16日
18日、23日、25日



問い合わせ 北部体育館 ☎054-255-6262