

～気軽に参加できる1時間の運動教室～

アリーナ60分プログラム

1月 のにってい

期日		時間		内容・講師	場所	申込期間
1月	13日(土)	午前の部	10:30～11:30	日本コンディショニング協会 認定講師 大河原 里美 先生	中央体育館 (並木町139-1)	12/10～1/6
	16日(火)	午後の部	7:30～8:30	内容:コアトレーニング		12/10～1/10

- 参加費 1回200円
- 定員 各回50名(定員にない次第、締め切ります。)
- 対象 市内在住・在勤の15歳以上の方(中学生を除く)
- 持ち物 体育館シューズ、ヨガマットもしくは大きめのバスタオル、飲み物
- 申込方法 須賀川アリーナにある所定申込用紙に必要事項を記入し、参加費を添えて窓口までお申し込みください。
※電話での仮予約も承ります。
※申し込み後のキャンセルはお受けいたしますが、参加費は返金致しません。
※申し込み後の日程変更はできませんので、ご了承ください。
- 申込期間 開催日の前月10日から受付を行います。(10日が休館日の際は翌11日)
申し込み締め切りは、開催日の1週間前までです。
※電話で仮予約した方も、開催日の1週間前までに必ず申込書の提出と参加費をお支払いください。申込みの確認が取れない場合は、キャンセルとさせていただきます。



【問い合わせ先】

(公財)須賀川市スポーツ振興協会

〒962-0054 須賀川市牛袋町5番地(須賀川アリーナ内)

TEL 0248-76-8111 FAX 0248-76-8113

休館日:月曜日(祝日の場合は翌火曜日・年末年始休館 12/29～1/3迄)