

～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

4月 5月 のにってい

期日		時間		内容・講師	場所	申込期間
4月	4日(火)	午後の部	7:30～8:30	内容:コアトレーニング 日本コンディショニング協会 大河原里美 先生	中央体育館 (並木町139-1)	3/10～3/28
	22日(土)	午前の部	10:30～11:30			3/10～4/15
5月	9日(火)	午前の部	10:30～11:30	4/11～5/2		
	30日(火)	午後の部	7:30～8:30	4/11～5/23		

- 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
- 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。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。申し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