

*** 10月よりスタート ***

柔剣道場

新規募集制教室

スタジオ

熟年者向け

9/10~20申込期間

マイトレーニング
教室

毎週火曜日

9:30~10:30

自分に合った運動のやり方で、
『筋力』『柔軟性』

『敏捷性』『バランス能力』



など体を動かす上で
必要な体力の向上を
目指します

講師・知念那美

9/1~10申込期間

アロハフラ

毎週木曜日

13:30~14:30

男性講師による**本格的フラ**を
楽しく！わかりやすく！
習得できるクラスです

くろそう

講師・黒相優輔



それぞれの申込期間中に往復はがきまたは窓口にて(はがき代62円)お申込みください
応募者多数の場合は抽選となりますので予めご了承ください
詳しくは、広報・窓口チラシにてご確認ください