



今月のPickUp! イベント



日頃より緑スポーツセンターをご利用頂きありがとうございます。
お盆休み期間も **営業** しております。
皆さまのご来館をお待ちしております♪



第2期 スポーツ教室のご紹介★

弓道

土曜日(全10回)
13:00~15:00
5,250円
中学生以上
135cm以上

キッズ★ダンス

木曜日(全10回)
16:10~17:10
6,500円
小学1~3年生

合気道

土曜日(全10回)
13:00~14:30
5,250円
小学生以上

バレトン (託児付き)

木曜日(全10回)
15:10~16:00
3,500円
(託児1,560円(2才~))
一般

かんたん水中運動

金曜日(全5回)
9:30~10:30
2,510円 一般
初回座学
2回目以降7-ル

バドミントン

水曜日(全10回)
18:30~20:30
5,440円
中学生以上

~お申込み期間~

8月1日(木)~14日(水)

※14日は12:00までの受付となります。

~抽選結果発表~

8月23日(金)12:00~

館内掲示・電話・当館HPにて抽選結果をご確認下さい。



他にもたくさんの
教室があります♪
当館HP(教室案内)をご覧ください★

★ 第2期 キッズスクール生 新規募集中! ★

親子参加型教室

たくさんのお申込みありがとうございました。
まだ空いているクラスがございます!
とび箱・てつぼう・トランポリンなどの運動器具を使って
親子で楽しく運動しませんか〜\(^o^)/

振替制度あります!
ご安心ください♪

ぶどうコース

(対象:よちよち歩き~2歳)

- 日時 火曜クラス 9/10~11/26
水曜クラス 9/11~11/27
木曜クラス 9/12~11/28
10:00~10:45
- 回数 全12回 ●料金 13,200円
- 内容 親子リズム体操・親子リトミック 等

りんごコース

(対象:2歳~3歳)

- 日時 火曜クラス 9/10~11/26
水曜クラス 9/11~11/27
木曜クラス 9/12~11/28
11:00~11:45
- 回数 全12回 ●料金 13,200円
- 内容 親子ピクス・運動あそび 等

※詳しくはHP・施設窓口にてご確認ください。

やさしい

シニアヨガ教室

少人数制の
大人気ヨガ教室♪



シニア世代を対象に、ヨガを通じて日常生活に役立つ筋力を強化します。
また、関節の動く範囲を広げるストレッチを行い、
体の柔軟性も高めていきましょう(^o^)/

【日時】 9月10、17、24日 火曜日(全8回)
10月1、8、15、22、29日 13:00~14:00

【料金】 6,600円(税込)/8回

【対象】 一般 【定員】 13名(先着順)

【持ち物】 運動のできる服装・飲み物(フタ付)・タオル・ヨガマット(お持ちの方)

【申込み方法】 8月21日(水)13:00~開始(電話のみ) ※翌日以降窓口申込み可
家族以外の申込みはお受けいたしかねます



【内容】
イスを使ったヨガ、軽い有酸素運動
ゆっくりしたストレッチ、顔ヨガ など

