



～7月から申込開始の教室案内～



◎施設窓口または電話で申し込み(先着順) 窓口9時～、電話10時～受付

種目	対象	定員	曜日	時間	参加料	講師	実施日	申込開始日
シニアのための ストレッチ・ヨガ	おおむね 60歳以上	各 18人	月	9:15~10:15	各 600円	有村 尚也	7/13 7/27 8/31 9/14 9/28	7/1
女性のための コア・ヨガ	18歳以上の 女性	各 18人	月	10:30~11:30	各 600円	有村 尚也	7/13 7/27 8/31 9/14 9/28	7/1
水泳&水中運動 ワンポイントレッスンⅠ	小学生以上	5人	木	14:30~15:00	施設 利用料 のみ	吉川 真由美	7/9	7/1
水泳&水中運動 ワンポイントレッスンⅡ	小学生以上	5人	木	15:00~15:30	施設 利用料 のみ	吉川 真由美	7/9	7/1

原則として、参加者本人または保護者がお申し込みください。