

【木曜日の教室】



バウンドテニス



開催日 10 / 17・24・31
 木曜日 11 / 7・14・21・28
 (全10回) 12 / 5・12・19

開催時間 10:00~12:00
 定員 30名
 参加料 一般 7,500円(税込)
 申込受付 9月7日(土)10時00分~

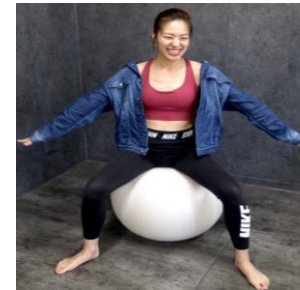
ゆったりピラティス



開催日 10 / 3・10・17・24
 木曜日 11 / 7・14・21・28
 (全10回) 12 / 5・12

開催時間 19:30 ~ 20:30
 定員 15名
 参加料 一般 7,500円(税込)
 申込受付 9月7日(土)10時30分~

体幹健康ストレッチ



開催日 10 / 3・10・17・24
 木曜日 11 / 7・14・21・28
 (全10回) 12 / 5・12

開催時間 10:00 ~ 11:30
 定員 20名
 参加料 一般 6,000円(税込)
 申込受付 9月7日(土)11時00分~

【金曜日の教室】

はつらつ健康体操



開催日 10 / 11・25
 金曜日 11 / 1・8・15・22・29
 (全10回) 12 / 13・20
 1 / 10

開催時間 9:50~10:50
 定員 30名
 参加料 一般 6,000円(税込)
 申込受付 9月7日(土)10時30分~

楽しいフラダンス



開催日 10 / 11・25
 金曜日 11 / 1・8・15・22・29
 (全10回) 12 / 13・20
 1 / 10

開催時間 11:05~12:05
 定員 20名
 参加料 一般 7,500円(税込)
 申込受付 9月7日(土)10時00分~

【武道教室】

なぎなた教室



開催日 10 / 10・17・24・31
 木曜日 11 / 7・14・21・28
 (全10回) 12 / 5・12

開催時間 18:00~19:30
 定員 20名
 参加料 一般 7,600円(税込)
 高校生 6,000円(税込)
 小中学生4,500円(税込)
 申込受付 9月7日(土)9時00分~

秋晴れに身も心も騒ぎ出す
 さあ！スポーツで語ろう
 あなたと私の思い出シーン