

今が
チャンス!!



春

NPO 法人 Yu-Gaku 加茂スポーツクラブ
H31. 3. 1(金)～17(日)までの期間限定!!

の無料体験会

期間中どなたでも1回限り無料でスポーツクラブの運動プログラムを体験できます。この機会にぜひおためしてください。

	① レスリング (幼児～中学生)	② キッズバスケット (幼児～小学3年生)	③ キッズサッカー (幼児～小学3年生)	④ キッズ ティーボール (幼児～小学生)	⑤ ヒップホップダンス ①4歳～小学2年生 ②小学3年生～高校生	⑥ ジュニアテニス (小学生)	⑦ ミニバス (小学生)	⑧ F. C. UNNAN (中学生)	⑨ 卓球 (小学生以上)	⑩ バドミントン (小学生～一般)	⑪ 一般テニス (中学生以上)	⑫ ヨガ (中学生以上)	⑬ ピラティス (中学生以上)	⑭ ZUMBA (高校生以上)	⑮ スマイリッシュ教室 (中高齢者)	⑯ 美くササイズ (高校生以上)		
会場	海洋センター 第2体育館	海洋センター アリーナ	加茂中央公園 スポーツの森多目的広場	海洋センター アリーナ	海洋センター 第2体育館	加茂中央公園 テニスコート	海洋センター アリーナ	平日: 大塚公園市民体育館 土日: 加茂中央公園 多目的広場	海洋センター 第2体育館	海洋センター アリーナ	加茂中央公園 テニスコート	海洋センター 第2体育館、会議室	海洋センター 第2体育館	海洋センター 第2体育館	海洋センター 第2体育館	海洋センター 第2体育館	海洋センター 第2体育館	会場
持ち物	上履き	上履き	運動靴	運動靴	上履き	運動靴	上履き	運動靴	上履き	上履き	運動靴	なし	なし	上履き	上履き	上履き	持ち物	
1 金																	20:00～20:45	1 金
2 土		13:00～14:00				10:00～12:00	9:00～12:00						10:00～11:00 西川先生	20:00～21:00				2 土
3 日					①11:00～11:50 ②12:00～12:50						10:00～12:00							3 日
4 月							17:00～18:30							19:00～19:45 西川先生				4 月
5 火																	13:00～14:00 (バランスボール)	5 火
6 水	休館日																6 水	
7 木							18:00～20:00		18:30～20:00							13:30～14:30 (かんたん筋トレ)		7 木
8 金																		8 金
9 土						10:00～12:00	13:00～17:00						10:00～11:00 西川先生					9 土
10 日				14:00～15:00	①11:00～11:50 ②12:00～12:50						10:00～12:00							10 日
11 月							17:00～18:30											11 月
12 火																	13:00～14:00 (ストレッチング)	12 火
13 水	休館日																13 水	
14 木							18:00～20:00		18:30～20:00							13:30～14:30 (3日体操)		14 木
15 金														20:00～20:45				15 金
16 土		13:00～14:00				10:00～12:00	14:00～17:00						10:00～11:00 鳥本先生	20:00～21:00				16 土
17 日			10:30～11:30								10:00～12:00							17 日

時間、会場については海洋センターまでお問い合わせください。

時間、会場については海洋センターまでお問い合わせください。

※キッズティーボール・テニス・サッカー教室は雨天の場合、中止になる可能性があります。

※お申し込みは不要ですが教室日程が変更になる場合がありますので、お電話で日程をご確認の上、ご参加ください。

【お問合せ】 Yu-Gaku加茂スポーツクラブ事務局 TEL (0854) 49-7100
〒699-1105 雲南市加茂町宇治228-1 加茂B&G海洋センターラソンテ (休館日:水曜日)