

令和6年 **いつでも気軽に!!**
7月
スケジュール 北麓スポーツ教室

**ZUNBA
GOLD**

毎週月曜日 **8/5
スタート!**
 10:00~11:00
 ☆講師☆
 天野 実緒 先生

ピラティス

毎週水曜日 **7/3
スタート!**
 13:30~14:30
 ☆講師☆
 羽田 麻奈美 先生

**コアパワー
ヨガ**

毎週金曜日 **7/5
スタート!**
 10:00~11:00
 ☆講師☆
 羽田 麻奈美先生

5日	7日	2日
12日	21日	9日
19日	28日	16日
26日		23日
		30日

場所 富士北麓公園体育館 幼児体育室

- ★事前申し込みは不要で、参加券を教室前に体育館窓口でご購入ください。
- ★教室の開催時間10分前には集合してください。
- ★1回参加券は当日のみ有効です。
- ★持ち物
 動きやすい服装、水分、タオル、スリッパ、屋内用シューズ(ZUNBA教室参加者のみ)ヨガマット(ピラティス教室・コアパワーヨガ教室参加者のみ)