

令和6年
9月
スケジュール

いつでも気軽に!!! 北麓スポーツ教室

**ZUNBA
GOLD**

ピラティス

**コアパワー
ヨガ**

毎週月曜日
10:45~11:15
☆講師☆
天野 実緒 先生

毎週水曜日
13:30~14:30
☆講師☆
羽田 麻奈美 先生

毎週金曜日
10:00~11:00
☆講師☆
羽田 麻奈美先生

月曜日	水曜日	金曜日
⑤ 2日	⑧ 4日	⑨ 7日
⑥ 9日	⑨ 11日	⑩ 14日
⑦ 30日	⑩ 18日	⑪ 21日
	⑪ 25日	⑫ 28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)