

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)