

令和8年度スポーツ・フィットネス教室のご案内

●令和8年6月から新しくはじまるスポーツ・フィットネス教室のご案内です。

| 教室名 | 開催曜日(月4回) | 時間 | 定員 | 参加費 | 講師 | 無料体験会 |
|---------------|-----------|---------------------|-----|--------|----|---------|
| ヨガ教室① | 月曜日 | 11:00 ～ 12:00 | 15人 | 4,400円 | 岡 | 5/18,25 |
| ヨガ教室② | 土曜日 | 11:00 ～ 12:00 | 15人 | 4,400円 | 岡 | 5/23,30 |
| シンプルエアロビクス教室 | 月曜日 | 14:30 ～ 15:30 | 15人 | 4,400円 | 舟木 | 5/18,25 |
| エアロビクス教室 | 木曜日 | 14:00 ～ 15:00 | 15人 | 4,400円 | 越場 | 5/21,28 |
| ボディメイキング教室 | 金曜日 | 18:30 ～ 19:30 | 15人 | 4,400円 | 越場 | 5/22,29 |
| ZUMBA GOLD | 金曜日 | 19:45 ～ 20:45 | 15人 | 4,400円 | 越場 | 5/22,29 |
| あたまスッキリ脳活体操教室 | 第1・3木曜日 | 9:30 ～ 10:30 | 15人 | 2,200円 | 舟木 | 5/21 |

- ・申込開始日時：各教室無料体験会(初日)の翌日午前9時から受付開始
- ・無料体験会については5月1日(金)午前9時から受付開始
※無料体験会にご参加された方は、体験会終了後にお申込みいただけます。
- ・申込方法：電話又は小松市武道館の窓口でお申込みください。
※各教室定員になり次第、申込受付を締め切ります。

お問い合わせ先：0761-22-1899（小松市武道館）
開館時間：平日 9時から21時30分、土日祝日 9時～17時