



# 教室日程表・イベントのお知らせ♪

月	気軽に筋力アップ教室				エンジョイフラ教室				バランスボール教室			
	日程	6.20日	時間	10:15～11:15	日程	6.27日	時間	13:30～14:30	日程	27日	時間	10:15～11:15
火	ヨガ(昼)教室											
	日程	14日	時間	9:15～10:15								
水	ココロとカラダのメンテナンス教室				ヨガ(夜)教室							
	日程	1.8.15.22日	時間	10:00～11:00	日程	8日	時間	19:00～20:00				
木	ナチュラルヨガ教室											
	日程	2.9.16.23日	時間	10:00～11:00								
金	気軽にボクシングエクサ教室				バランスボール教室							
	日程	3日、24日	時間	19:00～20:00	日程	17日	時間	19:00～20:00				
	ワイルドエクササイズ											
	日程	10日	時間	19:00～20:00								



## 阿武隈リバーサイドマラソン

日 程 11月2日(日)  
 時 間 9時～13時  
 場 所 Kスポ陸上競技場  
 スタート・ゴール！



### らくらく運動教室(無料)

日 程 10月6.20.27日(月)  
 時 間 9時30分～10時  
 場 所 Kスポ内総合体育館  
 武道場集合



### 健康ウォーキング

日 程 10月14日(火)  
 時 間 10時受付開始  
 10時30分～12時前後  
 参加料 300円  
 場 所 道の駅集合  
 雨天中止

※道の駅内で使える300円クーポンプレゼント！

NIKKOアリーナかくだ(角田市総合体育館)

TEL 0224-63-3771

住所 角田市枝野青木155-31

かくだスポーツビレッジ

検索