

11月 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				ワイルドエクササイズ教室							
	日程	17日	時間	10:15～11:15	日程	17日	時間	13:30～14:30	日程	10日	時間	10:15～11:15				
火	ヨガ(昼)教室				12日お休み											
	日程	4.18日	時間	9:15～10:15	ヨガ(夜)教室											
水	ココロとカラダのメンテナンス教室。				日程	12.26日	時間	19:00～20:00								
木	ナチュラルヨガ教室															
	日程	5.19.26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	7.21日	時間	19:00～20:00	日程	お休み	時間	-								
	ワイルドエクササイズ教室															
	日程	14.28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スポーツ陸上競技場



らくらく運動教室(無料)

日 程 11月10.17日(月)
時 間 9時30分～10時
場 所 Kスポーツ内総合体育館
武道場集合



健康ウォーキング

日 程 11月11日(火)
時 間 10時受付開始
10時30分～12時前後
參 加 料 場 所 300円
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