



# 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 |     |    |   |
|---|---------------|-----------|----|-------------|---------------|-----------|----|-------------|------------|-----|----|---|
|   | 日程            | 25日       | 時間 | 10:15~11:15 | 日程            | 25日       | 時間 | 13:30~14:30 | 日程         | お休み | 時間 | - |
| 火 | バランスボール教室     |           |    |             |               |           |    |             |            |     |    |   |
|   | 日程            | 18日       | 時間 | 10:15~11:15 |               |           |    |             |            |     |    |   |
| 水 | ヨガ(昼)教室       |           |    |             |               |           |    |             |            |     |    |   |
|   | 日程            | お休み       | 時間 | -           |               |           |    |             |            |     |    |   |
| 木 | ヨガ(夜)教室       |           |    |             |               |           |    |             |            |     |    |   |
|   | 日程            | 20日       | 時間 | 19:00~20:00 |               |           |    |             |            |     |    |   |
| 金 | ナチュラルヨガ教室     |           |    |             | 心と身体のメンテナンス教室 |           |    |             |            |     |    |   |
|   | 日程            | 14.21.28日 | 時間 | 9:15~10:15  | 日程            | 14.21.28日 | 時間 | 10:30~11:30 |            |     |    |   |
|   | ローテーションエクササイズ |           |    |             | 運動初心者教室       |           |    |             |            |     |    |   |
|   | 日程            | 22日       | 時間 | 10:15~11:15 | 日程            | 15.29日    | 時間 | 10:15~11:15 |            |     |    |   |

### 道の駅ウォーキング

日程 5月12日(火)  
 時間 10時受付開始  
 10時30分~12時00分  
 場所 道の駅集合 (雨天中止)  
 参加料 300円 ※道の駅内で使える  
300円クーポンプレゼント!!

---

### らくらく運動教室 (無料)

日程 5月18.25日(月)  
 5月15.22.29日(金)  
 時間 9時30分~10時00分  
 場所 Kスポ内総合体育館  
 武道場集合

## 価格改定のお知らせ

この度、諸経費の値上がりに伴い、  
 当教室も ¥500→¥700に価格改定させていただきます。  
 詳しくは別途提示物をご確認ください。  
 何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



# 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