12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			
	日程	14日	時間	10:15～11:15	日程	14日	時間	13:30～14:30	日程	21日	時間	10:15～11:15
	バランスボール教室											
	日程	7日	時間	10:15～11:15								
火	ヨガ（昼）教室											
	日程	1.１５日	時間	9:15～10:15								
水	ヨガ（夜）教室											
	日程	9.23日	時間	19:00～20:00								
木	ナチュラルヨガ教室				心と身体のメンテナンス教室							
	日程	3.10.17日	時間	9:15～10:15	日程	3.10.17日	時間	10:30～11:30				
金	ローテーショエクササイズ				運動初心者教室							
	日程	11.25日	時間	10:15～11:15	日程	4.１８日	時間	10:15～11:15				



道の駅ウォーキング

日程　12月8日(火)

時間　10時受付開始
10時30分～12時00分

場所　武道場集合

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　12月7.14.21日(月)
12月4.11.18.25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



トレーニング室 月額会員募集中！

○2,400円で１ヶ月間使い放題！

○PT通常3,000円のところ、半額の1,500円で体験可能！

○Inbody測定2回無料！

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