

明保野

令和6年度(2024.4~2025.3) 通年カレンダー

性別・年齢問わず
人気の教室

エアロビクス

音楽に合わせたエクササイズで楽しくシェイプアップ!

【会場】明保野体育館 プレイルーム

【日時】木曜日 9:40 ~ 10:40

【対象】16歳以上 【定員】明保野のみ先着 25名

【講師】AI (8・9・12・3月)

佐藤 愛子 (10・11・1・2月)

【参加料】1回 600円

【支払い方法】1. 当日受付 (※現金のみ)

2. システムからの事前申し込み&オンライン決済

【持ち物】室内用運動靴、飲み物・タオル、運動しやすい服装、

ヨガマットまたは大判バスタオルをご準備下さい

・クレジット

・ID    

| | | | | | |
|-----|---|----|----|----|----|
| 8月 | 1 | 8 | 22 | 29 | |
| 9月 | 5 | 12 | 19 | 26 | |
| 10月 | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 |
| 11月 | 7 | 14 | 21 | 28 | |
| 12月 | 5 | 12 | 19 | 26 | |
| 1月 | 9 | 16 | 23 | 30 | |
| 2月 | 6 | 13 | 20 | 27 | |
| 3月 | 6 | 13 | 27 | | |



<お問い合わせ>

(公財)宇都宮市スポーツ振興財団
生涯スポーツグループ

028-663-1611

(土・日・祝日を除く)
9~17時