

平成30年4月スタート

# スポーツ教室 第1期

3月14日(水)受付開始

【申し込み方法】

○受講料を持参し、伊予三島運動公園体育館または川之江体育館の窓口でお申し込みください。電話予約も可能です。電話予約の場合は、後日受講料を窓口までご持参ください。

○先着順ですでお早めにお申し込みください。

※火曜日は休館日のため受付できません。また一度お申し込みいただくとキャンセルできません(電話予約も含む)

【問い合わせ先】

四国中央市体育協会事務局 (伊予三島運動公園体育館内) 28-6071 (火曜日休館)

曜日	教室名	講師	対象・定員	場所	日時	受講料
月	高齢者や体力に自信がない方にオススメ <b>月曜ストレッチ</b>	せんた 薦田亮志 (体育協会)	一般 50名	伊予三島運動公園体育館	4/9 ~ 7/9 10時 ~ 11時 全13回	3,900円
	産後の気になる体を引き締めます <b>ママのためのシェイプアップ</b>	三好陽子 (インストラクター)	一般女性 30名	川之江体育館柔道場	4/2 ~ 7/9 10時 ~ 11時30分 全12回	回数券6回分 1,800円 ※残りは当日払い
水	楽しく汗を流しましょう <b>NEW 初心者テニスサークル</b>	まきのり 井川方典 横内尚子 (体育協会)	一般 20名	伊予三島運動公園テニスコート	4/11 ~ 6/13 10時 ~ 11時30分 全10回	3,000円
	初心者向けの教室 <b>のんびりヨガ</b>	宮本由美子 (国際ヨガ協会)	一般 40名	伊予三島運動公園体育館	4/4 ~ 7/18 10時30分 ~ 11時40分 全16回	6,400円
木	ママの教室中、子どもたちは別室で教室 <b>ママのためのシェイプアップ★託児あり★</b>	三好陽子 (インストラクター) 保育士 (みしま乳児保育園)	ママ 30名 1歳以上の未就学児 10名		4/5 ~ 7/19 10時 ~ 11時30分 全15回	ママ回数券 10回分 3,000円 子ども回数券 10回分 2,000円 ※残りは当日払い
	次の段階へ進みたいと思っている方に <b>レベルアップヨガ</b>	宮本由美子 (国際ヨガ協会)	一般 40名		4/5 ~ 7/19 13時30分 ~ 14時40分 全15回	6,000円
金	高齢者や体力に自信がない方にオススメ <b>金曜ストレッチ</b>	せんた 薦田亮志 (体育協会)	一般 50名		4/6 ~ 7/13 9時 ~ 10時 全14回	4,200円
	汗を流して体を引き締めましょう <b>ボクサ&amp;ピラティス</b>		一般 40名	4/6 ~ 7/13 10時30分 ~ 11時30分 全14回	4,200円	
	スタイルや姿勢を良くしたい方に <b>金曜ヨガ</b>		一般 40名	4/6 ~ 7/13 13時30分 ~ 14時30分 全14回	4,200円	

新しい教室が始まります♪

【水曜日】初心者テニスサークル

テニスを始めてみたいと思っている方、一緒に始めてみませんか？

初心者向けのサークルです。

私たちと一緒に、楽しく汗を流しましょう！

【右写真：講師の井川さんと横内さん(体育協会)】

