

冬期スポーツ教室一覧

教室名	開催日				時間	講師	会場	
	1月	2月	3月	曜日				
初級ヨガ	21・28	4・18	3・10	火曜	10:30～11:30	西田	平井公民館	和室
リラックスヨガ	21	4	3	火曜	19:00～20:00		平井公民館	和室
パワーヨガ	28	18	10	火曜	19:00～20:00		平井公民館	和室
フリーヨガ	17・31	14・28	6・13	金曜	09:15～10:15		コミセン	和室
健康体カづくり	21・28	4・18	3・10	火曜	13:30～14:30	石橋	コミセン	2・3集会室
ボクサビクス	16・30	6・20	5・12	木曜	19:00～20:00		平井公民館	ロビー
腰肩プロジェクト	22・29	12・26	4	水曜	10:00～11:00	石附	平井公民館	和室
骨盤調整ストレッチ	29		4	水曜	13:30～14:30	浜田	平井公民館	和室
初めてのエアロ	22	5		水曜	13:30～14:30		平井公民館	集会室
ピラティス	16・30	6・20	5・12	木曜	13:30～14:30	石倉	コミセン	2・3集会室
ビューティーエアロ	17・31	14・28	6・13	金曜	10:00～10:40		コミセン	2・3集会室
					10:50～11:30		コミセン	2・3集会室
ステップアップ太極拳	16・23・30	6・13・20・27	5・12・19	木曜	10:00～11:30	根本	コミセン	2・3集会室

令和2年1月～3月の教室事業につきましては、カシマスポーツセンター改修工事のため、会場を平井公民館、平井コミュニティセンターに移しまして、また全ての教室を予約制のフリー教室として開催させていただきます。皆様には大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご了承いただきますようお願い申し上げます。なお、ご参加される場合は下記注意事項・ご利用方法をご確認ください。

【注意事項】

- 料 金：各教室お1人様1回330円〈ビューティーシェイプエアロは2回で330円〉（税込み）
※回数券販売有（11枚綴り 3,300円）
- 服 装：運動のできる服装に室内用の運動靴を着用してください。
※会場が和室の教室は運動靴は必要ありません
- 駐車場：平井コミュニティセンターでの教室の際には隣接する子鹿幼稚園駐車場を、平井公民館での教室の際には平井小学校駐車場を、それぞれお借りしておりますのでご利用ください。但し、行事等の都合によってはご利用いただけない場合がありますので予めご了承ください。
- その他：教室によっては参加者にご持参いただくものがありますので予約時にご確認ください。

【ご利用方法】

- 各教室とも予約制となります。定員数に達した時点で締め切りとさせていただきます。
※キャンセル待ちはお受けしませんが、キャンセル等で空きが出た場合はご参加いただけます。（当日、お電話等でご確認ください）
- ご予約は、参加をご希望する教室開催予定日1週間前の10時～お電話（下記）またはスポーツセンター窓口で受付いたします。（例：火曜開催の教室をご予約する場合は前週の火曜10時～）
※ご予約は電話口、または窓口に来られたご本人様のみとさせていただきます。（友人・知人等のご予約は出来ません）
※複数教室（他教室）のご予約は可能です
- ご予約をキャンセルされる場合は必ずご連絡ください。

【お問合せ・ご連絡】

NPO法人 鹿嶋市体育協会
T E L : 0299-83-1600
F A X : 0299-83-1633