

㊤ 5・6月「各種運動教室」

申・問 NPO日本スポーツ振興協会 総合公園：Tel 0296-72-9330 市民体育館：Tel 0296-72-2101

どなたでも参加できる運動教室を毎月、総合公園と市民体育館でそれぞれ開催しています。
初回の方は無料で体験できます。

場所 総合公園(笠間市箱田 867-1) ※開催場所が変更になる場合もあります。

教室名・参加費	開催日時	
ヒップホップ教室 小学1～3年生クラス 2,000円/月	5月10日・17日・24日・31日、 6月7日・14日・21日・28日	午後5時30分 ～6時20分
ヒップホップ教室 小学4～6年生クラス 2,000円/月		
ピラティス教室 500円/回	5月10日・24日、 6月14日・28日	午後6時30分 ～7時30分
テニス教室 初心者クラス 4,200円/月	5月4日・11日・18日・25日、 6月1日・8日・15日・22日	午前10時 ～11時30分
テニス教室 経験者クラス 4,200円/月		
ヨガ教室 500円/回	5月6日・13日・20日・27日、 6月3日・10日・17日・24日	午前10時30分 ～11時30分
シェイプアップ 500円/回	5月7日・14日・21日・28日、 6月4日・11日・18日・25日	午前10時～11時
エアロビクス 2,000円/月		午後1時15分～3時
ズンバ 500円/回		午後3時30分～4時30分

場所 市民体育館(笠間市石井 2068-1) ※開催場所が変更になる場合もあります。

教室名・参加費	開催日時	
高齢者のための 筋力アップ健康運動 500円/回	5月2日・9日・16日・23日・30日、 6月7日・13日・21日・27日 ※5月2日、6月7日は初心者向けのメニュー	午前10時～11時30分
リズムウォーク 500円/回	5月5日・12日・19日・26日、 6月9日・16日・23日・30日	午後2時～3時
月曜こどもテニス 2,000円/月	5月9日・16日・23日、 6月7日・13日・27日	①小学1年～3年 午後4時30分～5時20分 ②小学4年～6年 午後5時30分～6時20分
水曜こどもテニス 2,000円/月	5月11日・18日・25日、 6月8日・15日・22日	
木曜こどもテニス 2,000円/月	5月12日・19日・26日、 6月9日・16日・23日	
金曜こどもテニス 2,000円/月	5月13日・27日、 6月3日・10日・17日・24日	

定員 各20名程度(先着順)

持ち物 飲み物・タオル・上履き・ストレッチマット等(教室内容により異なりますので、お問い合わせください)

申込方法 開催前日までに窓口で直接、または電話でお申し込みください。

受付時間 午前8時30分～午後4時30分

12 ページ **小さな命大切に。犬・猫の不妊、去勢手術をしましょう。**