

# スポーツ教室開催

稲垣体育館と柏総合体育センターでスポーツ教室を開催します。

初めての方大歓迎です。お気軽にご参加下さい。

## たっぷり汗をかく エクサ&ヨガ教室

\*親子で運動不足解消しよう\*

期 間 5月18日～7月20日

毎週月曜日 (全10回)

時 間 午後7時～8時

講 師 成田 寿子 さん

その他 内履きをご持参下さい  
ヨガマットは貸出しいたします

場所：柏総合体育センター

## じわっと汗をかく ウォーキングエクササイズ教室

期 間 5月27日～7月29日

毎週水曜日 (全10回)

時 間 午後1時30分～2時30分

講 師 鬼武 由美子 さん

その他 内履きをご持参下さい

場所：稲垣体育館

【参加料】 稲垣・柏教室共通

1回：前売り券 300円 当日券 400円 (複数枚販売可能です)

【発 売】 期間 4月20日(月)～5月17日(日)

平日：午前9時～午後9時 休日：開館の場合は購入できます。

【販売先】 稲垣体育館・柏総合体育センター

主催：特定非営利活動法人つがる市体育協会

稲垣体育館

☎037-0104

つがる市稲垣町豊川宮川31-3

☎46-2854

柏総合体育センター

☎038-3104

つがる市柏桑野木田花崎69

☎25-3130