

平成29年度 第3期スポーツ・文化教室新規募集!!

下記の教室はまだ空きがあります。受講を希望する方は武道館窓口まで!!

★ ~~シニアフレッシュ体操~~

★ 骨盤修正&ダイエットヨガA (水曜日)

★ 骨盤修正&ダイエットヨガB (水曜日)

★ 骨盤修正&ダイエットヨガA (日曜日)

★ 骨盤修正&ダイエットヨガB (日曜日)

★ リフレッシュヨガ

★ ストレッチ体操

★ アンチエイジングボディメイク

★ アロマでシェイプA

★ アロマでシェイプB

★ ノルディックウォーキング

★ 健康体操真向法

★ コンディショニングエアロ

★ ダンスと体操

★ 健美操

★ 初級エアロビクス

★ 中級エアロビクス

★ ダーツ (木曜日)

★ ダーツ (土曜日)

★ 美姿勢をつくるプロライフル

★ ~~トランポリンA~~

★ トランポリンB

★ 卓球

★ バドミントン

★ ~~ガンバクラブ~~

★ パワフルクラブ

★ 親子体操A (託児付可)

★ 親子体操B (託児付可)

★ ~~キッズ体操A~~

★ キッズ体操B

★ 新体操A

★ ~~新体操B~~

今回募集なし

★ 弓道教室・初級水曜日

★ 弓道教室・初級金曜日

★ 弓道教室・有段者

★ 弓道教室・中級火曜日

★ 弓道教室・中級水曜日

★ 弓道教室・上級

★ 太極拳入門・初級(火)

★ 大極拳中級・水曜日

★ 太極拳入門・初級(水)

★ 居合道

★ 季節を楽しむ俳句

★ ~~実用書道~~

★ かな書道

★ 元気のでる絵手紙

★ ~~新規募集なし・満~~