

平成30年度 第1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 | ★ 中級エアロビクス | ★ 弓道教室・初級水曜日 |
| ★ 骨盤修正&ダイエットヨガA (水曜日) | ★ ダーツ (木曜日) | ★ 弓道教室・初級金曜日 |
| ★ 骨盤修正&ダイエットヨガB (水曜日) | ★ ダーツ (土曜日) | ★ 弓道教室・有段者 |
| ★ 骨盤修正&ダイエットヨガA (日曜日) | ★ 美姿勢をつくるブローライフル | ★ 弓道教室・中級火曜日 |
| ★ 骨盤修正&ダイエットヨガB (日曜日) | ★ トランポリンA おすすめ | ★ 弓道教室・中級水曜日 |
| ★ リフレッシュヨガ | ★ トランポリンB | ★ 弓道教室・上級 |
| ★ ストレッチ体操 おすすめ | ★ 卓球 | ★ 太極拳入門・初級(火) |
| ★ アンチエイジングボディメイク | ★ バドミントン | ★ 大極拳中級水曜日 |
| ★ アロマでシェイプA | ★ ガンバクラブ | ★ 太極拳入門・初級(水) |
| ★ アロマでシェイプB | ★ パワフルクラブ | ★ 居合道 |
| ★ ノルディックウォーキング | ★ 親子体操A (託児付可) | ★ 季節を楽しむ俳句 |
| ★ 健康体操真向法 | ★ 親子体操B (託児付可) | ★ 実用書道 |
| ★ コンディショニングエアロ | ★ キッズ体操 | ★ かな書道 |
| ★ ダンスと体操 | ★ 新体操 | ★ 元気のでる絵手紙 |
| ★ 健美操 | ★ チア・ダンスA NEW | ★ |
| ★ 初級エアロビクス | ★ チア・ダンスA | ★ |
| | | ★ 新規募集なし |