

# 平成30年度 第2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)  | <del>★ トランポリンA</del> | ★ 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              | ★ 卓球                 | <del>★ 太極拳入門・初級(火)</del> |
| ★ 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             | <del>★ 太極拳入門・初級(水)</del> |
| <del>★ アロマでシェイプB</del> | <del>★ パワフルクラブ</del> | ★ 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            |                          |
| ★ 初級エアロビクス             | ★ チア・ダンスB            |                          |
|                        |                      | ★ <del>新規募集なし</del>      |