

## 〔インドア教室〕 令和3年度\_第1期受付状況

開催日	教室名	定員数	5月15日現在
月曜日 10:00～11:00	はじめてエアロビクス	15	満
月曜日 13:30～14:30	のびのびストレッチ&コアトレ	20	空きあり
月曜日 15:00～16:00	ズンバ&ストレッチ	15	空きあり
月曜日 16:30～17:30	キッズエクササイズ	15	空きあり
月曜日 18:00～19:00	リフレッシュヨガ	20	残りわずか
月曜日 19:30～20:30	リラックスヨガ	20	残りわずか
火曜日 10:00～11:00	はじめてのヨガ	20	満
火曜日 14:00～15:00	リフレッシュヨガ	20	満
火曜日 19:30～20:30	らくらくエアロビクス	15	満
木曜日 9:45～10:45	(リラックス)ピラティス	20	残りわずか
木曜日 11:15～12:15	(アクティブ)ピラティス	20	空きあり
木曜日 16:00～17:00	キッズエクササイズ	15	残りわずか
木曜日 18:00～19:00	エンジョイエアロ	15	満
木曜日 19:00～20:00	パワフルデトックスヨガ	20	満
金曜日 10:00～11:00	親子体育あそび	10	残りわずか
金曜日 19:00～20:00	リラックスヨガ	20	残りわずか
土曜日 9:00～10:00	シェイプアップヨガ	20	空きあり
土曜日 10:30～11:30	ダイエットエアロ	15	残りわずか

※空きありの教室は随時体験を受付しております。

### ■申込先

龍北クラブハウス ☎ (0564) 46-3267

※休場日：水曜日（水曜が祝日の場合は翌日以降で最初の平日）

## [陸上教室] 令和3年度\_第1期受付状況

開催日	教室名	定員数	5月15日現在
金曜日 15:45～16:30	かけっこ教室 (年少)	20	空きあり
木曜日 15:45～16:45	かけっこ教室 (年中・年長)	30	満
金曜日 16:45～17:45		20	残りわずか
火曜日 17:00～18:00	かけっこ教室 (小学1～3年生)	30	満
木曜日 17:00～18:00		30	満
月曜日 10:00～11:00	エクササイズ&ウォーク (40歳以上)	20	随時受付
木曜日 10:00～11:00			
火曜日 10:00～11:30	ランニングフォーム 改善教室	20	
火曜日 19:00～20:30	ランニング教室	20	
金曜日 19:00～20:30	マラソン教室	30	

※空きありの教室は随時体験を受付しております。

### ■申込先

龍北スタジアム ☎ (0564) 46-3261

※休場日：水曜日（水曜が祝日の場合は翌日以降で最初の平日）

# [テニス教室] 令和3年度\_第1期受付状況

開催日	クラス名	定員数	5月15日現在	
月曜日	9:00～10:20	初級クラス（一般）	8	空きあり
	10:30～11:50	初中級クラス（一般）	8	空きあり
	17:00～18:00	ジュニアクラス高学年	6	空きあり
	18:10～19:30	ソフト初中級クラス（中学生）	8	空きあり
	19:40～21:00	ソフト中級クラス（中学生）	8	空きあり
火曜日	9:00～10:20	中級クラス（一般）	8	空きあり
	10:30～11:50	初級クラス（一般）	8	空きあり
	17:00～18:00	ジュニアクラス低学年	6	空きあり
	18:10～19:30	ソフト初級クラス（中学生）	8	空きあり
	19:40～21:00	ソフト中級クラス（中学生）	8	満
木曜日	9:00～10:20	初中級クラス（一般）	8	空きあり
	10:30～11:50	中級クラス（一般）	8	空きあり
	17:00～18:00	ジュニアクラス高学年	6	空きあり
	18:10～19:30	ソフト初中級クラス（中学生）	8	空きあり
	19:40～21:00	ソフト中級クラス（中学生）	8	空きあり
金曜日	9:00～10:20	初級クラス（一般）	8	空きあり
	10:30～11:50	初中級クラス（一般）	8	空きあり
	17:00～18:00	ジュニアクラス低学年	6	空きあり
	18:10～19:30	ソフト初級クラス（中学生）	8	空きあり
	19:40～21:00	ソフト中級クラス（中学生）	8	空きあり
土曜日	9:00～10:20	ジュニアクラス高学年	6	空きあり
	10:30～11:50	ジュニアクラス低学年	6	空きあり
	19:40～21:00	中級クラス（一般）	8	空きあり

※空きありの教室は随時体験を受付しております。

■申込先

龍北クラブハウス ☎（0564）46-3267

※休場日：水曜日（水曜が祝日の場合は翌日以降で最初の平日）