

平成30年度 4月教室開催日程(予定)

鶴ヶ岱地区体育施設(鶴ヶ岱武道館)							
事業名	開催日	受付開始日	時間	会場	受講料	対象	定員
健康ストレッチ1	4月12・19・26日	3月20日	10:00 ~ 11:30	—	1,500 円	45歳以上	30

*申込/問合先=釧路市スポーツ振興財団 ☎31-1230【定員締切】

湿原の風アリーナ釧路							
事業名	開催日	受付開始日	時間	会場	受講料	対象	定員
やさしいエアロ月曜コース1	4月2・9・16・23日	3月20日	10:30 ~ 11:30	会議室	2,000 円	18歳以上	30名
やさしいエアロ夜間月曜コース1	4月2・9・16・23日	3月20日	19:30 ~ 20:30	会議室	2,000 円	18歳以上	30名
スタイルアップ骨盤調整1	4月6・13・20・27日	3月20日	10:45 ~ 11:45	会議室	2,000 円	18歳以上	30名
やってみよう!フラダンス	4月8・15・22日	3月20日	10:30 ~ 11:30	多目的室/会議室	1,500 円	小学生以上	30名
ミニテニス1	4月9・16・23日	3月20日	13:30 ~ 15:00	サブアリーナ	1回500 円	18歳以上	30名
ミニテニス体験会	4月9日	3月20日	19:00 ~ 20:30	サブアリーナ	500 円	18歳以上	30名
ピラティスdeシェイプアップ1	4月10・17・24・5月1日	3月20日	10:30 ~ 11:30	会議室	2,000 円	18歳以上女性	30名
夜間太極拳1	4月10・17・24・5月1日	3月20日	19:45 ~ 21:00	会議室	2,000 円	18歳以上	15名
リラックスヨーガ1	4月12・19・26・5月10・17・24日	3月20日	10:00 ~ 11:30	会議室	3,000 円	18歳以上	40名
楽々!健康体操1	4月12・19・26日	3月20日	13:30 ~ 15:00	会議室	1,500 円	45歳以上	30名
ナイトヨーガ1	4月12・19・26・5月10・17・24日	3月20日	19:00 ~ 20:30	会議室	3,000 円	18歳以上	40名
夜間ミニテニス1	4月16・23日	3月20日	19:00 ~ 20:30	サブアリーナ	1回500 円	18歳以上	30名
正しいラジオ体操教室	4月24日	3月20日	13:30 ~ 15:00	会議室	500 円	小学生以上	30名

*申込/問合先=釧路市スポーツ振興財団 ☎31-1230【定員締切】

★上記教室の日程及び内容等については、変更等もございますので予めご了承ください

※ボディバランス、エクストリーム55の申込先は「湿原の風アリーナ釧路」☎38-9800
<http://www.situgenokaze.jp/index.html>