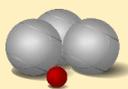
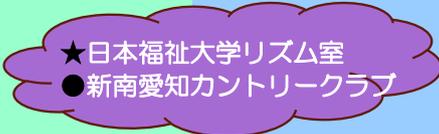


	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		おはよう ストレッチ 10:00~10:30	ノルディック ウォーキング 9:30~10:30	骨盤リセット ヨガ 10:00~11:00	
	50歳からの 筋トレ教室 10:30~11:30	ポッチャde 健康サークル 11:00~12:00	軸トレ ピラティス① 10:00~11:00	姿勢改善 ヨガ 11:15~12:15	ズンバ® ゴールド 10:30~11:15
午後	65歳からの 筋トレ教室 13:30~14:30	 ココロと身体を ほぐすヨガ 13:30~14:30	軸トレ ピラティス② 11:15~12:15	シニアのための エアロビクス 14:00~15:00	ZUMBA® 11:30~12:15
		ジュニア体育 スクール水 17:00~18:00	キッズウェルネス 講座(年中)★ 16:15~17:15	ジュニア体育 スクール金 17:00~18:00	スナッグゴルフ 教室 ● 13:30~15:00
夜	身体リセット ヨガ 19:00~20:00	心と身体を 緩めるヨガ 19:30~20:30	キッズウェルネス 講座(年長)★ 17:30~18:30		
	代謝アップヨガ 20:10~21:10		ピラティス 19:30~20:30		
			ZUMBA® 木曜の夜 20:00~21:00	 <ul style="list-style-type: none"> ★日本福祉大学リズム室 ●新南愛知カントリークラブ 	



※ 教室の日程や内容の詳細についてはお電話でお問い合わせください。
 ※ 2期からの継続者優先となります。
 ※ どのクラスも定員がございますので、お早めにお問い合わせください。
 ※ 申込者が少数の場合は教室が中止になることがあります。



お申込み方法

●募集期間

12月3日(火) 朝9時

~12月13日(金) 午後4時

※ 3日は9:00から窓口受付、
9:30から電話受付

●休館日

月曜日

※ 月曜祝日の場合は次の日

●年間保険料

(2024年4月~2025年3月)

中学生以下 800円

高校生以上 1,000円

●お問い合わせ

みはまスポーツクラブ事務局〈美浜町総合公園体育館内〉

☎ 0569-77-6383

〒470-2403 愛知県知多郡美浜町大字北方字十二谷1-2

LINE公式
アカウント
お友達登録
こちらから



インスタ
グラムの
フォロー
をお願い
します



最新情報は
Facebook
をチェック



※ 3期は新春キャンペーンのため、年会費無料となります。
新規参加者には、クラブのロゴ入りオリジナルタオルをプレゼント。

※ ZUMBA®, スナッグゴルフ教室については、
親子割があります。親子で参加の場合は、
子どもの参加費が半額となります。

スポーツくらぶ

