



# 4月 玉村町社会体育館 フットネスイキ教室スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
1	10:30~11:30 ZUMBA 16:00~17:00 代辦UPエクササイズ 19:00~20:00 ヨガ	11:00~12:00 ヨガ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 ビギナーエアロ 13:30~14:00 バランスボール 19:00~20:00 ヨガ	10:30~11:30 やさしいヨガ 14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
休館日						
8	10:30~11:30 ZUMBA 16:00~17:00 代辦UPエクササイズ 19:00~20:00 ヨガ	11:00~12:00 ヨガ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 ビギナーエアロ 13:30~14:00 バランスボール 19:00~20:00 ヨガ	10:30~11:30 やさしいヨガ 14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
休館日						
15	10:30~11:30 ZUMBA 16:00~17:00 代辦UPエクササイズ 16:00~17:00 キッズDANCE① 17:15~18:15 キッズDANCE② 19:00~20:00 ヨガ	11:00~12:00 ヨガ 13:15~14:15 ボディメイクンゾグ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 ビギナーエアロ 13:30~14:00 バランスボール 15:30~16:30 太極拳 19:00~20:00 ヨガ	10:30~11:30 やさしいヨガ 14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
休館日						
22	10:30~11:30 ZUMBA 16:00~17:00 代辦UPエクササイズ 19:00~20:00 ヨガ	11:00~12:00 ヨガ 13:15~14:15 ボディメイクンゾグ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 ビギナーエアロ 13:30~14:00 バランスボール 15:30~16:30 太極拳 19:00~20:00 ヨガ	10:30~11:30 やさしいヨガ 14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
休館日						
29	30					



4/16(火)~19(金)  
教室無料体験  
キャンペーン

☺ 4/16(火)~19(金) 教室無料キャンペーン開催決定 ☺

【実施期間】4/16(火)~19(金) ※要予約  
 【受付方法】4/9(火)より電話または社会体育館窓口にて受付開始  
 【注意事項】先着順として定員になり次第受付終了となります。  
 ※木曜日19:15~20:15ZUMBAは無料体験対象外

みなさまのご参加お待ちしております

受付方法: 当日窓口にて受付(教室開始15分前より受付開始)

※定員いっぱいになり次第受付終了

問合せ: 玉村町社会体育館 ☎0270-65-6537(午前9時~午後9時)  
 〒370-1127 群馬県佐波郡玉村町上之手1517番地  
 休館日: 月曜(祝日の場合は翌日)・年末年始

