



7月 玉村町社会体育館 フィットネス教室スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		11:00~12:00 ヨガ	10:30~11:30 ビギナーエアロ	10:30~11:30 やさしいヨガ	<div style="text-align: right;"> <p>6/30(火)~7/10(金) 全教室 500円キャンペーン!!</p> <p>皆様のご参加 心よりお待ちしております。</p>  </div>	
		13:30~14:00 ゆっくりプログラム	13:30~14:00 バランスボール	13:30~14:30 キックボクシング		
		19:00~20:00 筋膜リリースストレッチ	15:00~16:00 太極拳	14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
			19:15~20:15 ZUMBA	19:00~20:00 バランスボール&ヨガ		
6	7	8	9	10	11	12
休館日	10:30~11:30 ZUMBA	11:00~12:00 ヨガ	10:30~11:30 ビギナーエアロ	10:30~11:30 やさしいヨガ		
	19:00~20:00 ヨガ	休講	13:30~14:00 バランスボール	13:30~14:30 キックボクシング		
		19:00~20:00 筋膜リリースストレッチ	15:00~16:00 太極拳	14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
			19:15~20:15 ZUMBA	19:00~20:00 バランスボール&ヨガ		
13	14	15	16	17	18	19
休館日	10:30~11:30 ZUMBA	11:00~12:00 ヨガ	10:30~11:30 ビギナーエアロ	10:30~11:30 やさしいヨガ		
	19:00~20:00 ヨガ	13:30~14:00 ゆっくりプログラム	13:30~14:00 バランスボール	13:30~14:30 キックボクシング		
		19:00~20:00 筋膜リリースストレッチ	15:00~16:00 太極拳	14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
			19:15~20:15 ZUMBA	19:00~20:00 バランスボール&ヨガ		
20	21	22	23	24	25	26
祝日営業日	休館日	11:00~12:00 ヨガ	10:30~11:30 ビギナーエアロ	10:30~11:30 やさしいヨガ		
		13:30~14:00 ゆっくりプログラム	13:30~14:00 バランスボール	13:30~14:30 キックボクシング		
		19:00~20:00 筋膜リリースストレッチ	15:00~16:00 太極拳	14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
			19:15~20:15 ZUMBA	19:00~20:00 バランスボール&ヨガ		
27	28	29	30	31		
休館日	10:30~11:30 ZUMBA	11:00~12:00 ヨガ	10:30~11:30 ビギナーエアロ	10:30~11:30 やさしいヨガ		
	19:00~20:00 ヨガ	13:30~14:00 ゆっくりプログラム	13:30~14:00 バランスボール	13:30~14:30 キックボクシング		
		19:00~20:00 筋膜リリースストレッチ	15:00~16:00 太極拳	14:30~15:30 美姿勢エクササイズ		
			19:15~20:15 ZUMBA	19:00~20:00 バランスボール&ヨガ		

教室申し込み方法

【受付方法】 事前予約:毎月1日より社会体育館公式LINE(STORES)にて翌月分の予約受付開始

毎月5日より窓口・電話予約開始(休館日の場合は翌営業日から)

当日受付:窓口にて教室開始15分前より受付開始 ※定員になり次第受付終了

【問合せ先】 玉村町社会体育館 ☎0270-65-6537(午前9時~午後9時)

休館日:月曜日(祝日の場合は翌平日)・年末年始



7月 玉村町社会体育館 キッズ教室スケジュール

月	火	水	木	金	土	日			
		1	2	3	4	5			
	 無料体験会	16:30~17:20 すこやかキッズ体操	15:30~16:20 キッズDANCE 16:30~17:30 キッズDANCE① 17:45~18:45 キッズDANCE②		<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: left;"> <p>すこやかキッズ体操</p> <p>7/1 (水) 無料体験会</p> <p>皆さまのご参加 お待ちしております。</p>  </div>				
6		7	8	9			10	11	12
休館日		15:30~16:20 キッズDANCE①	16:30~17:20 すこやかキッズ体操	15:30~16:20 キッズDANCE①					
	16:30~17:30 キッズDANCE②		16:30~17:30 キッズDANCE②						
	17:45~18:45 キッズDANCE③		17:45~18:45 キッズDANCE③						
13	14	15	16	17	18	19			
休館日	15:30~16:20 キッズDANCE①	16:30~17:20 すこやかキッズ体操	15:30~16:20 キッズDANCE①						
	16:30~17:30 キッズDANCE②		16:30~17:30 キッズDANCE②						
	17:45~18:45 キッズDANCE③		17:45~18:45 キッズDANCE③						
20	21	22	23	24	25	26			
祝日営業日	休館日	16:30~17:20 すこやかキッズ体操	15:30~16:20 キッズDANCE①						
			16:30~17:30 キッズDANCE②						
			17:45~18:45 キッズDANCE③						
27	28	29	30	31					
休館日	15:30~16:20 キッズDANCE①	16:30~17:20 すこやかキッズ体操	15:30~16:20 キッズDANCE①						
	16:30~17:30 キッズDANCE②		16:30~17:30 キッズDANCE②						
	17:45~18:45 キッズDANCE③		17:45~18:45 キッズDANCE③						
【受付方法】 事前予約制:電話または窓口にて受付(インターネット申込不可)									
キッズ講座は 参加者5名以上 で開講となります。									
【問合せ先】 玉村町社会体育館 ☎0270-65-6537(午前9時~午後9時)									
休館日:月曜日(祝日の場合は翌平日)・年末年始									