【第2期】2024_年7_{月~}9_{月度}開催 南体育会館 スタート! 【申<u>込</u>! ついては下記をご 5月15日郊甲込 要項に

*定員を超えた場合は抽選となります。結果は当選者のみにおハガキにてご連絡いたします。

MNASIUM YOKOSUKA C I TG

身体の中から健康増進を図りましょう!! |体験料:1,500_円

▶体験参加後、当日体験した教室の申込をいただけた場合、1.500円キャッシュバックいたします。※体験は定員に満たない教室のみお受けできます。

ハワイの心地よい音楽に合わせてフラの基本 ステップ、ハンドモーションをレッスンします。 親子での参加もOKです

-緒に楽しい時間を過ごしましょう!

員:30名

曜日

■期 間:7/11~9/19(10回) ※8/15除く

受講費:10,000円

場

■時 間/17:10~18:10

はじめての ピラティス

ストレッチを中心とし、リラックスしながら筋肉のバランスを整え、姿勢改善・ 体質改善を目指すクラスです。

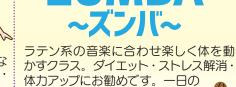
員:30名

間:7/11~9/19(10回) 期

※8/15除く

|受講費:10,000円 場 所:小体育室

■時間/18:25~19:25



員:30名

間:7/11~9/19(10回)

終わりを笑顔で過ごしましょう!!

※8/15除く

受講費:10,000円 場 所:小体育室

時間/19:35~20:35



初心者大歓迎!親切丁寧に基礎から指導をして くれるので、楽しく上達できます。無料貸出ラケット もございます。(数に限りがあります)

■定 員:20名

| 期 間:7/12~9/20(10回)※8/16除く

|受講費:10,000円 | ■場 所:小体育室

時間/12:30~14:00



はじめてのエア

筋力、体力を向上させて楽しくストレス発散! 脂肪燃焼させていきましょう!!

員:30名

間:7/12~9/20(10回) ※8/16除< 期

受講費:10,000円 ■場 所:小体育室

時間/14:15~15:15



はじめてのヨカ

硬くなってしまったカラダをほぐし 筋力、体力をアップして健康に!

定 員:20名

間:7/12~9/20(10回)※8/16除く 期

受講費:10,000円 場 所:相談室

時間/15:30~16:30



似顔絵には、ワクワクがいっぱい! まずは鉛筆一本からスタート!!

員:14名

間:7/12~9/20(10回)※8/16除< 期

受講費:10,000円 場 所:相談室

時間/16:15~17:45



講師: 福田久美子先生

电计量理

꿆

曜日

①一次申込:5月15日砂~28日❷/窓□·WEB

※定員を超えた場合は抽選を行った上で、おハガキでの当選通知となります。

❷二次申込:6月5日砂~/窓口のみで随時受付

※一次申込で空きのある教室のみ。同時に入金をお願いします。

*表示金額は全て税込です。*申込状況により、教室の開催を見合わせる場合がございます。*募集締切後も、定員に満たない教室については先着順で申込を受付けます。



〈主 催〉横須賀市体育会館指定管理者

SPORTS COMMUNITY YOKOSUKA https://yokosuka-arena.jp

横須賀市久里浜6-14-1 【利用時間/9:00~21:00】

育会館 2046-835-0780



2024年7月~9月度開催 南体育会館 月15日の申込スタ -ト!【申込要項については下記をご覧ください】

> 0 K SU MNASIUM 0

お子さまに合った教室で心身共に健康増進を図りましょう!! 汝室で体験を随時受付けております

♪体験参加後、当日体験した教室の申込をいただけた場合、1,500円キャッシュバックいたします。※体験は定員に満たない教室のみお受けできます。

小1~小3·大人 1月14~月16

*定員を超えた場合は抽選となります。結果は当選者のみにおハガキにてご連絡いたします。

所:相談室 ■定 員:各14名 子どものうちから始めると上達が早いです。大人の趣味としても長く

続けられるのでピッタリです。子どもから大人まで

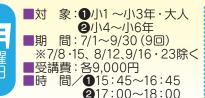
幅広く学べる書道教室です。

象:①小1~小3年·大人 ①小1~小4年·大人

■期 間:7/10~9/18(10回)※8/14除く

■受講費:10,000円 間/①15:45~16:45 一時

②17:00~18:00 毛筆・硬筆









はじめてのフラダンス

小4~大人 ■定 員:30名

■7/11~9/19 (10回) ※8/15除く ■受講費:10,000円

所:小体育室■時 間/17:10~18:10

ハワイの心地よい 音楽に合わせてレッスン! 一緒に楽しい時間を 過ごしましょう!



Ò 0

R

■定 員:14名

似顏給教 小4~

■7/12~9/20 (10回) ※8/16除く

■受講費:10,000円 所:相談室

間/16:15~17:45

似顔絵には、ワクワクか

いっぱい! まずは 『鉛筆一本』からスタ

講師: 福田久美子先生



定 員:30名

■期 間:7/12~9/20 (10回) ※8/16除く

■受講費:10,000円 場 所:小体育室

間/16:45~17:45

カラタをたくさん動かそう! タンスの基礎を学びなから かっこよく踊れるワ



①一次申込:5月15日②~28日②/窓□·WEB

※定員を超えた場合は抽選を行った上で、おハガキでの当選通知となります。

❷二次申込:6月5日砂~/窓口のみで随時受付

※一次申込で空きのある教室のみ。同時に入金をお願いします。

*表示金額は全て税込です。*申込状況により、教室の開催を見合わせる場合がございます。*募集締切後も、定員に満たない教室については先着順で申込を受付けます。



〈主 催〉横須賀市体育会館指定管理者

SPORTS COMMUNITY YOKOSUKA

https://yokosuka-arena.jp

横須賀市久里浜6-14-1 【利用時間/9:00~21:00】 体育会館 ☎046-835-0780

-次申込は、下記の方法がご利用いただけます!

直接申込【受付時間/10:00~16:00】

※受付に設置してある『参加申込書』にご記入の上、事務室受付に申込ください。 ※現在、休館中の為、受付時間は16:00迄となります。

HPより申込

『横須賀アリーナ』で検索 もしくは https://lp.yokosuka-arena.jp スポーツコミュニティよこすか教室紹介 ※二次募集はホームページでは受付しておりません。