

中央体育館事業

番号	教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
①	トレーニング教室 (12回)	女性限定	木	午後2時00分～ 3時30分	1月9日～3月26日	15	初回1,200円と毎回 利用券150円
②	ナイトZUMBA (12回)	一般		午後7時30分～ 8時30分		25	初回2,400円と毎回 利用券150円
③	金曜ヨガ (12回)		金	正午～午後1時	1月10日～3月27日	40	初回2,400円と毎回 利用券150円
④	金曜ZUMBA 託児付き (11回)			午前10時～11時	1月10日～3月27日 (3/20休み)	20	初回2,200円と毎回 利用券150円
⑤	金曜バランスボール エクササイズ (11回)					15	初回1,100円と毎回 利用券150円
⑥	初心者エアロ (11回)			午後1時30分～ 2時30分		25	
⑦	金曜健康ストレッチ (11回)			午後2時40分～ 3時40分			
⑧	ゼロからのダンス (11回)			午後7時30分～ 8時30分		15	
⑨	美ボディコントロール (12回)		土		1月11日～3月28日		初回1,200円と毎回 利用券150円

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴(③・⑦は不要)・タオル・水分補給できる物(ふた付)

【申込み】12月22日(日)(必着)までに、中央体育館窓口、往復はがきに、教室名・氏名・生年月日・住所・電話番号・返信用宛名(往復はがきのみ)を記入し〒197-0005福生市北田園2-9-1中央体育館へ郵送、または、電子申請(締切日の午後10時まで)に申し込みください。※申込み多数の場合は責任抽選。

【その他】②は電子申請・往復はがきのみで受け付けます。

④は2歳～年長児対象で託児利用できます。利用希望者は必ず事前に申し込みください。

※別途託児料500円が必要です。また、託児定員は幼児の年齢により変動します。