

春季スポーツ教室 ～追加募集のお知らせ～

下記の春季教室の参加者を追加募集します。

参加ご希望の方は、一般財団法人上越市スポーツ協会事務局（TEL025-525-4119）にご連絡ください。

《注意事項》

- ①会場、日程が変更になる可能性があります。
- ②途中でやめた場合でも、受講料は返金いたしません。
- ③詳しい日程、受講料については、事務局にお問い合わせください。

教室番号	教室名	対象	定員	会場	時間	開催日・曜日・回数	内容
1	健康トランポピクス	一般	20名	上越市総合体育館 柔剣道場	10:00～11:30	5/10～7/19 火曜日	トランポピクス運動等
2	体幹機能改善ピラティス	一般	20名	上越市総合体育館 柔剣道場	10:00～11:30	5/13～7/22 金曜日	ピラティス
3	やさしいトレーニング&シェイプアップ	一般	20名	上越市総合体育館 ミーティングルーム	19:00～20:30	5/11～7/13 水曜日	自分の体重を負荷にして行う トレーニングとストレッチ

【お問い合わせ】

一般財団法人 上越市スポーツ協会

〒943-0805 上越市木田1-17-33 上越市総合体育館内 TEL025-525-4119