

ながいずみ健康わくわくクラブ
令和5年度 第3期教室事業 追加募集のお知らせ

はがきでの申込みは、終了いたしました。定員に満たない教室については、追加募集を行います。

受付期間 **12月18日(月)~20日(水)** 受付時間 **9時00分~17時00分**

受付場所 **スポーツ協会事務局(勤労者体育センター内) 先着順**

※受付状況によって、募集人数は変わってきます。あらかじめご了承ください。
(空き状況の確認は、お電話でもできます。)

12月18日 11:00現在

	教室名	募集人数
ストレッチ・柔軟・軽運動	健康美体操	11名
	火曜ベーシックヨガ	9名
	火曜フローヨガ	8名
	シェイプボールⅠ	終了しました
	シェイプボールⅡ	1名
	熟年生き生き体操	2名
	ストレッチ&エクササイズ	4名
	木曜ベーシックヨガ	終了しました
	木曜フローヨガ	11名
	健やかチェアヨガⅠ	1名
	健やかチェアヨガⅡ	終了しました
	元気アップ	終了しました
	木曜ナイトヨガⅠ	終了しました
	木曜ナイトヨガⅡ	終了しました
	ストレッチングⅠ	終了しました
ストレッチングⅡ	6名	
金曜ナイトヨガⅠ	4名	
金曜ナイトヨガⅡ	6名	
有酸素運動	入門太極拳と健康気功体操	3名
	エアロビクス	終了しました
	エンジョイリズムボクシング	終了しました
	テニススクール	2名
水中運動	腰痛・膝痛水中運動	5名
	水中ウォーキング	1名
	エンジョイアクアビクス	終了しました
	トライアクア	9名
親子向け	ママエクササイズⅠ	1組
	ママエクササイズⅡ	終了しました
	リトミックスⅠ	終了しました
	リトミックスⅡ	応募者少数により中止
	親子体操Ⅰ	1組
	親子体操Ⅱ	7組
	わくわくキッズ	11組
	親子であそぼう	応募者少数により中止
小学生	ジュニア硬式テニス	2名
	わくわくこどもスイミング	4名