

ながいずみ健康わくわくクラブ  
令和5年度 第1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。

追加受付は、**4月17日(月)9時～19日(水)20時まで**  
スポーツ協会事務局(勤労者体育センター内)にて**先着順**で受け付けします。

※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。)

4月18日 9:00現在

	教室名	募集人数
スト レ ッ チ ・ 柔 軟 ・ 軽 運 動	健康美体操	5 名
	火曜ベーシックヨガ	終了しました
	火曜フローヨガ	終了しました
	シェイプボールⅠ	終了しました
	シェイプボールⅡ	3 名
	熟年生き生き体操	終了しました
	ストレッチ&エクササイズ	終了しました
	木曜ベーシックヨガ	終了しました
	木曜フローヨガ	2 名
	健やかチェアヨガⅠ	終了しました
	健やかチェアヨガⅡ	終了しました
	元気アップ	2 名
	木曜ナイトヨガⅠ	終了しました
	木曜ナイトヨガⅡ	3 名
	ストレッチⅠ	終了しました
	ストレッチⅡ	終了しました
金曜ナイトヨガⅠ	終了しました	
金曜ナイトヨガⅡ	1 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	終了しました
水 中 運 動	腰痛・膝痛水中運動	終了しました
	水中ウォーキング	終了しました
	エンジョイアクアビクス	終了しました
	トライアクア	終了しました
親 子 向 け	ママエクササイズⅠ	3 組
	ママエクササイズⅡ	終了しました
	リトミックスⅠ	4 組
	リトミックスⅡ	中止
	親子体操Ⅰ	5 組
	親子体操Ⅱ	9 組
	わくわくキッズ	11 組
	親子であそぼう	終了しました
小 学 向 け	ジュニア硬式テニス	3 名
	わくわくこどもスイミング	終了しました