

ながいいずみ健康わくわくクラブ「令和7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(木)～19日(金)** 受付時間： **9時～17時**

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**

空き状況の確認はお電話(987-5859)でもできます。

12月18日 9:30現在

教室名		募集人数 (受付状況によって変わってきます)
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	1名
	火曜スローフローヨガ	終了しました
	シェイプボールⅠ	1名
	シェイプボールⅡ	終了しました
	熟年生き生き体操	9名
	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	12名
	木曜スローフローヨガ	終了しました
	健やかチアヨガⅠ	終了しました
	健やかチアヨガ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	2名
	ストレッチングⅡ	8名
	金曜ナイトヨガⅠ	4名
	金曜ナイトヨガⅡ	3名
有酸素運動	入門太極拳と健康気功体操	2名
	エアロビクス	2名
	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	3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	4組
	ママエクササイズⅡ	4組
	リトミックス	2組
	親子体操	5組
	わくわくキッズ	9組
小 学 生	わくわくこどもスイミング	7名