

なが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	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 向 け	わくわくこどもスイミング	7 名