

ながいずみ健康わくわくクラブ
令和4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。

追加受付は、**12月19日(月)9時~21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。)

12月19日 11:30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 | 4 名 |
| | 火曜フローヨガ | 2 名 |
| | シェイプボールⅠ | 2 名 |
| | シェイプボールⅡ | 4 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 | 2 名 |
| | 木曜フローヨガ | 5 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 | 1 名 |
| | 木曜ナイトヨガⅠ | 2 名 |
| | 木曜ナイトヨガⅡ | 終了しました |
| | 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 | 1 名 | |
| 金曜ナイトヨガⅡ | 終了しました | |
| 有 酸 素 運 動 | エアロビクス | 終了しました |
| | リズムボクシング | 終了しました |
| | 入門太極拳と健康気功体操 | 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 | 1 名 |
| 親 子 向 け | ママエクササイズⅠ | 3 組 |
| | ママエクササイズⅡ | 1 組 |
| | リトミックスⅠ | 終了しました |
| | リトミックスⅡ | 終了しました |
| | 親子体操Ⅰ | 終了しました |
| | 親子体操Ⅱ | 終了しました |
| | わくわくキッズ | 5 組 |
| | 親子あそび | 中止 |
| 小 学 向 け | ジュニア硬式テニス | 終了しました |
| | わくわくこどもスイミング | 終了しました |