

福生地域体育館 令和5年度 教室一覧 (12月~3月)

※休館日(第4月曜日)
 ※12/29~1/3は年末年始でお休みです。

2023.12月現在

当日参加型		※当日受付です。時間前に受付にお越し下さい。						
教室名	期間	曜日	時間	対象	定員	場所	備考	
たのしいエアロ	12/5 ~ 3/26 祝日休講 12/29~1/3休館日	火	10:00~11:00	一般	40	第二体育室	500円	
ストレッチピラティス	12/6 ~ 3/27 祝日休講 12/29~1/3休館日	水	12:15~13:15	一般	30	第二体育室	500円	
かんたんエクササイズ	12/6 ~ 3/27 祝日休講 12/29~1/3休館日	水	13:30~15:00	一般	50	第二体育室	500円	
シニアエクササイズ	12/7 ~ 3/28 祝日休講 12/29~1/3休館日	木	10:00~11:30	一般	50	第二体育室	500円	
ズンバ	12/7 ~ 3/28 祝日休講 12/29~1/3休館日	木	19:30~20:30	一般	40	第二体育室	500円	
金曜卓球倶楽部	12/1 ~ 3/29 祝日休講 12/29~1/3休館日	金	9:30~11:00	一般	30	第一体育室 4.5番 コート	300円	
シェイプアップヨガ	12/1 ~ 3/29 祝日休講 12/29~1/3休館日	金	10:30~11:30	一般	40	第二体育室	500円	
サンデーエクササイズ	12/3 ~ 3/31 12/29~1/3休館日	日	9:00~10:00	一般	40	第二体育室	500円	
さわやか軽スポーツ	12/1 ~ 3/31 祝日休講 12/29~1/3休館日	金	14:00~15:30	中高年者	20	第一体育室 4.5番 コート	150円	

※急遽休講になる場合がございます。
 期間が開いて参加する方はお問い合わせ下さい。

※ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

福生地域体育館 TEL 042-530-8811