

朝ピラティス(3期)

木曜日 10:00~11:00



開催日 10/1・8・22・29、11/12・19

12/3・10・17・24 (全10回)

※日程が変更になる場合がございます。

参加費 5,500円(税込)

定員 25名(高校生以上) 抽選

申込期間 9月1日(火)~9月15日(火)締切

申込方法 事務所窓口・お電話で申込みください

2020.9.01 現在

城島保健福祉センター Tel0942-62-2122

朝ヨガ教室 (3期)

金曜日 10:00~11:00



開催日 10/2・9・16・23、11/6・13・20・27
12/4・18・25 (全11回)

※日程が変更になる場合がございます。

申込期間 9月1日(火)~9月15日(火)締切

参加費 6,050円(税込)

定員 25名(高校生以上) 抽選

申込方法 事務所窓口・お電話で申込みください
(定員を超えた場合は抽選となります)

夜ピラティス(3期)

金曜日 20:00~21:00



開催日 10/2・9・16・23・30

11/6・13・20・27

12/4・11・18・25 (全13回)

※日程が変更になる場合がございます。

参加費 7,150円(税込)

定員 30名(高校生以上) 抽選

申込期間 9月1日(火)~9月15日(火)締切

2020.9.01 現在

城島保健福祉センター Tel0942-62-2122

夜ヨガ教室 (3期)

水曜日 20:00~21:00



開催日 10/7・14・21・28、11/4・11・18・25
12/2・9・16・23 (全12回)

※日程が変更になる場合がございます。

参加費 6,600円(税込)

定員 30名(高校生以上) 抽選

申込期間 9月1日(火)~9月15日(火)締切

申込方法 事務所窓口・お電話で申込みください
(定員を超えた場合は抽選となります)

筋力向上運動教室

10:00～11:30 水曜日開催

足腰を鍛える運動を中心にをご紹介します

いつまでも元気で
いるために、今から
はじめてみませんか？



対 象：50歳以上

募集定員：15名

参加費：3,300円（トレーニング室使用料含む）

持参品：室内用シューズ・タオル・飲み物

日 程：9/30 10/14・21・28
11/11・18・25 12/9・16・23 （全10回）

募集期間：9/8～ 定員になり次第終了

問合せ先 城島保健福祉センター「城島げんきかん」
久留米市城島町樫津739-1 電話 0942-62-2122
主 催 シンコースポーツ九州株式会社

2020.9/1現在

城島げんきかん教室事業

筋力向上運動教室

13:00～14:30 金曜日開催

足腰を鍛える運動を中心にご紹介します

いつまでも元気で
いるために、今から
はじめてみませんか？

対 象：50歳以上

募集定員：15名

参加費：3,300円（トレーニング室使用料含む）

持参品：室内用シューズ・タオル・飲み物

日 程：10/9・16・23・30、11/6・13・20・27
12/11・18 （全10回）

募集期間：9/8～ 定員になり次第終了

問合せ先 城島保健福祉センター「城島げんきかん」

久留米市城島町樫津739-1 電話 0942-62-2122

主 催 シンコースポーツ九州株式会社



参加者募集中！！

たのしく フラダンス教室

金曜日 10:00~11:00

募集定員:15名

参加費:3,300円/月謝制

開催日:10/2・9・16 11/6・13・20

12/4・11・18 (全9回)

募集期間:9/8~ 定員になり次第終了

申込方法:電話または事務所窓口にて

申込みください。

2020.9/1現在

指定管理者 九州ビルサービス・シンコースポーツグループ

電話番号 0942-62-2122

2020.9/1現在

リズム運動教室

金曜日 14:30~15:30

かんたんなエアロビクスや、マット運動など
初めての方でも楽しく参加できる教室です！



《日程》

10/2・9・16・23・30

11/6・13・20・27

12/11・18・25 (全12回)

定員：20名

受講料：月謝制（1回550円×実施回数）

持参物：室内シューズ・ヨガマット
タオル・飲み物

募集期間：9/8～ 定員になり次第終了

城島保健福祉センター「城島げんきかん」

久留米市城島町櫛津739-1 TEL 0942-62-2122

城島げんきかん教室事業

新規教室!

かんたん ステップ運動教室

火曜日開催
10:00~11:00

定員:19名(18歳以上、高校生を除く)

参加費:5,500円

日程:10/6・13・20・27、11/10・17

12/1・8・15・22 (10回)

持参物:室内シューズ・タオル・飲み物

申込期間:9/8~ 定員になり次第終了



ステップ台を使った運動教室です!

問合せ先 城島保健福祉センター「城島げんきかん」

久留米市城島町櫛津739-1

TEL:0942-62-2122

FAX:0942-62-2148