

城島げんきかん教室事業

2020.4/7現在

ZUMBA (前期) GOLD



火曜日開催

10:00~11:00



募集定員：25名（18歳以上 高校生以上）

参加費：5,500円(税込)

日程：5/12・19・26

6/2・9・16・23・30

7/14・21 (全10回)

※会場の都合により日程が変更になる場合がございます。

持参物：室内シューズ・飲み物

4/7より募集開始(抽選)

問合せ先 城島保健福祉センター「城島げんきかん」

久留米市城島町楯津739-1

電話 0942-62-2122

主催 シンコースポーツ九州株式会社

朝ピラティス(1期)

木曜日 10:00~11:00



開催日 5/7・14・21・28

6/4・18・25 (全7回)

※日程が変更になる場合がございます。

参加費 3,850円(税込)

定員 25名(高校生以上) 抽選

申込期間 4月7日(火)~4月17日(金)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)

朝ヨガ教室(1期)

金曜日 10:00~11:00



開催日 5/15・22・29

6/5・12・19・26 (全7回)

※日程が変更になる場合がございます。

申込期間 4月7日(火)~4月17日(金)締切

参加費 3,850円(税込)

定員 25名(高校生以上)

申込期間 4/17(金)締切

(定員を超えた場合は抽選となります)

夜ピラティス(1期)

金曜日 20:00~21:00



開催日 5/8・15・22・29

6/5・12・19・26 (全8回)

※日程が変更になる場合がございます。

参加費 4,400円(税込)

定員 30名(高校生以上) 抽選

申込期間 4月7日(火)~4月17日(金)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)

2020.4.7 現在

城島保健福祉センター Tel0942-62-2122

夜ヨガ教室(1期)

水曜日 20:00~21:00



開催日 5/13・20・27

6/3・10・17・24 (全7回)

※日程が変更になる場合がございます。

参加費 3,850円(税込)

定員 40名(高校生以上)

申込期間 4月7日(火)~4月17日(金)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)

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:20名

参加費:3,300円(税込)/月

開催日:5/8・15・22

6/5・12・19 (全6回)

募集期間:4/7(火)から

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。

2020.4/7現在

指定管理者 九州ビルサービス・シンコースポーツ共同企業体

電話番号 0942-62-2122

参加者募集中！！

はじめての フラダンス教室

金曜日 13:00~14:00

募集定員:20名

参加費:4,400円(税込)

開催日:5/8・15・22・29

6/5・12・19・26(全8回)

募集期間:4/7(火)から

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。

2020.4/7現在

指定管理者 九州ビルサービス・シンコースポーツ共同企業体

電話番号 0942-62-2122

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》

5/8・15・22

6/5・12・19・26 (全7回)

定員：20名

受講料：月謝制（各月550円×回数）

持参物：室内シューズ・タオル・飲み物

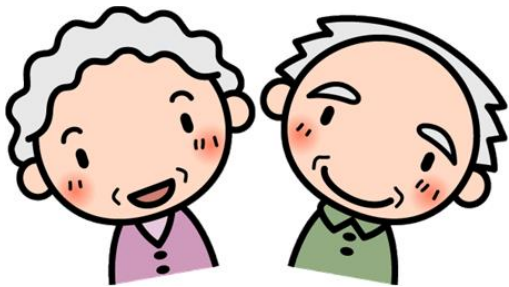
募集期間：4月7日(火)から定員になり次第終了

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

2020. 4. 7 現在

たのしく運動しながら
認知症を予防しましょう！
認知症予防体操教室



受講者大募集!

げんきかん 3 階
和室にて開催

募集内容

火曜日 10:00~11:00

開催日： 5/12・19・26
6/9・16・23 (全6回)

受講料：500円/1回毎

定員：10名(先着順)

対象：50歳以上

持参物：タオル・飲み物

募集期間：4/7(火)から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」

久留米市城島町檜津 739-1 TEL (0942) 62-2122 FAX (0942) 62-2148

主催 シンコースポーツ九州株式会社

2020.4/7現在

城島げんきかん教室事業

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：1,650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：5/20・27 6/10・17・24（全5回）

募集期間：4/7(火)から定員になり次第受付終了

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

2020.4/7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：2,640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：5/8・15・22・29
6/5・12・19・26（全8回）

募集期間：4/7(火)から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

