

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:5,400円(税込)

開催日:4/14・21・28・5/12・19・26

6/2・9・16・23(全10回)

募集期間:3月22日(水)から募集開始

(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。

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!!

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:月3回/3,240円(税込)

開催日: 4月 14・21・28日
5月 12・19・26日
6月 2・9・16日

募集期間:3月22日(水)から募集開始

(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。

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

城島げんきかん教室事業 参加者募集中!

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：10名

参加費：3,000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：4/14・21・28・5/12・19・26
6/2・9・16・23 (全10回)

募集期間：3月22日(水)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



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 》

4月 14・21・28日
5月 12・19・26日
6月 2・9・16・23・30日
7月 7・14・21・28日
8月 4・18・25日



受講料：月謝制（各月500円×回数）
持参物：室内シューズ・タオル・飲み物
募集期間：随時募集中

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 TEL0942-62-2122

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：4月 11・18・25日

5月 9・16・23日

6月 6・13・20日

7月 4・11・25日

受講料：月3回／1,500円

定員：10名(先着順)

対象：50歳以上

持参物：タオル・飲み物



城島保健福祉センター「城島げんきかん」

久留米市城島町楢津 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

城島げんきかん教室事業 参加者募集中!

やさしいコアダンス (前期)



火曜日開催

10:00~11:00



募集定員：25名（高校生以上）

参加費：8,550円（税込）

日程：4/11・18・25・5/9・16・23・30
6/6・13・20・27・7/4・11・25
8/1・8・22・9/5・12（全19回）

持参物：室内シューズ・飲み物

募集期間：3月20日（月・祝）締切

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(前期)

木曜日 10:00~11:00



開催日 4/13・20・27・5/11・18・25・6/1・8・
15・22・29・7/6・13・20・27・8/3・
10・24・31・9/7・14・21 (全22回)

参加費 9,900円(税込)

定員 20名(高校生以上)

申込期間 3月20日(月・祝)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)

夜ピラティス(前期)

金曜日 20:00~21:00



開催日 4/14・21・28・5/12・19・26・6/2・9・
16・23・30・7/7・14・21・28・8/4・18・
25・9/1・8・15・22 (全 22 回)

参加費 9,900 円(税込)

定員 30 名(高校生以上)

申込期間 3 月 20 日(月・祝)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(前期)

金曜日 10:00~11:00



開催日 4/14・21・28・5/12・19・26・6/2
9・16・30・7/7・14・21・28・8/4
18・25・9/1・8・22 (全 20 回)

参加費 9,000 円(税込)

定員 20 名(高校生以上)・先着順

申込期間 3月20日(月・祝)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)

夜ヨガ教室(前期)

水曜日 20:00~21:00



開催日 4/12・19・26・5/10・17・24・31・6/7・
14・21・28・7/5・12・19・26・8/2・9・
23・30・9/6・13・20 (全 22 回)

参加費 9,900 円(税込)

定員 25 名(高校生以上)

申込期間 3 月 20 日(月・祝)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)