

げんきかんだより

〒830-0211 久留米市城島町檜津 739-1 城島保健福祉センター
 TEL (0942) 62-2122 FAX (0942) 62-2148
 メール info-joujima@shinko-sports.com HP http://ssk-joujima.com

久留米市 イメージキャラクター 第95号
 くらっば



2022.6.1

(毎月1日発行)

7月開講教室参加者募集！★6月1日～申込開始・先着順★

朝ヨガ教室 (火) 火曜日 11:00~12:00 日程: 7/5~9/27 参加費: 5,400円(全9回) 	朝ヨガ教室 (金) 金曜日 10:00~11:00 日程: 7/8~9/16 参加費: 6,000円(全10回) 	夜ヨガ教室 水曜日 20:00~21:00 日程: 7/6~9/21 参加費: 6,000円(全10回)
朝ピラティス教室 木曜日 10:00~11:00 日程: 7/7~9/29 参加費: 4,800円(全8回) 	夜ピラティス教室 金曜日 20:00~21:00 日程: 7/8~9/16 参加費: 6,000円(全10回) 	たのしくフラダンス教室 金曜日 10:00~11:00 日程: 7/1~9/16 参加費: 3,300円 月謝制(3回/月)
筋力向上運動教室(水) 水曜日 10:00~11:00 日程: 7/6~9/21 参加費: 3,300円(全10回) 対象: 50歳以上 持参物: 室内シューズ、タオル、ヨガマット、飲み物 	筋力向上運動教室(金) 金曜日 13:00~14:00 日程: 7/8~9/16 参加費: 3,300円(全10回) 対象: 50歳以上 	ステップ運動教室 火曜日 10:00~11:00 日程: 7/5~9/27 参加費: 5,400円(全9回)
ザ・サーキット® 金曜日 14:30~15:30 日程: 7/8~9/16 参加費: 5,400円(全9回) 	★NEW★ タヒチアダンス教室 土曜日 16:00~17:00 日程: 7/2~9/24 参加費: 6,000円(全10回) 対象: 4歳~大人まで 	☆ワンコイン体験会開催☆ 土曜日 16:00~17:00 日程 6/11・18・25 詳しくは、お問い合わせください！

※教室対象者: 18歳以上(高校生不可) ※日程は変更になる場合があります。

＜申込方法＞ TEL 0942-62-2122
 お電話または2階事務所で受付いたします。

たくさんのご参加
 お待ちしています♪



イベント参加者募集♪

随時募集！事前申し込み必要！

『ZUMBA®』

日程: 6/19(日)
 時間: 16:00~17:00
 対象: 16歳以上
 参加費: 500円 ※先着順



体の中から美しくなろう！

『美容食学 料理講座』(全5回)

第1回目は“美容食学に基づいた食べ方とは…”
 についての講座・調理実習などを行います。

日程 7/13(水)
 内容【夏野菜を使った旬菜レシピ】
 時間 10:00~13:00
 対象 18歳以上(高校生不可)
 参加費 各2,000円
 持参物 エプロン・三角巾・タオル



『かんたんエアロ』 ワンコインレッスン

日曜日: 7/10・17・24・31
 時間: 10:00~11:00
 対象: 18歳以上(高校生不可)
 参加費: 500円



★休館日のお知らせ★

毎週月曜日は休館日となっております。
 ※月曜日が祝日の場合は、火曜日が休館日となります。
 休館日: 6月6・13・20・27日



←ホームページは
 こちらから

