【八千代台】2025年 教室カレンダー

今 月　　来 月

ー 教室のご紹介 ー

第1・3火曜日【みんなの太極拳】　講師:塚本 景次　参加費:750円
楽しく太極拳をやりましょう。初心者歓迎。

第2・4火曜日【スポーツ吹矢】　講師:黒沢 昇　参加費:750円
閑静な柔道場でスポーツ吹矢式呼吸法をマスターしてください。

第2・4火曜日【はじめてのストレッチ】　講師:体育館スタッフ　参加費:600円
全身の筋肉を伸ばし一緒にリラックスした時間を過しませんか。
肩こりや腰痛、脚のむくみをやわらげます。

第2・4水曜日【入門・初級の卓球】　講師:卓球サークル有志　参加費:500円
初めて卓球をするシニアの方を対象として、卓球を楽しめるレベルまでを目標とします。

第2・4木曜日【フラダンス】　講師:中村 恵美子　参加費:750円
年齢・体力にかかわらずどなたでも楽しめます。
動きや表情には意味があり、夢を誘うハワイアンミュージックで心身ともにリラックス！

第2・4金曜日【Yoga＆瞑想】　講師:石川 寛子　参加費:1000円
ヨガを通して自身の体と心に寄り添うことの大切さを実感できるレッスンを目指します。
音楽と共にリラックスした時間を過ごしてみませんか？

第2・4土曜日【初めてのストリートダンス】　講師:イナッツ　参加費:900円
HIPHOP DANCEは中学体育の必修科目でパリ・オリンピックの正式種目です。
柔軟性やバランス感覚が高まり、リズム感が身につきます。

トップへ戻る

八千代台近隣公園小体育館　教室案内　4月カレンダー　自主事業教室

八千代台近隣公園小体育館
☎047－483－4977

★日程の変更もありますので、初めての教室参加は電話でお問合せください。

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
				10:00～11:30 みんなの太極拳		
6	7	8	9	10	11	12
個人利用日	休館日	10:00～11:00 はじめてのストレッチ		10:00～11:30 フラダンス		9:10～12:00 入門~経験キッズ3部制 初めてのストリートダンス
		13:00～15:00 スポーツ吹矢	①13:00～14:20 ②14:30～15:50 入門・初級卓球			
13	14	15	16	17	18	19
個人利用日	休館日			10:00～11:30 みんなの太極拳		
20	21	22	23	24	25	26
個人利用日	休館日	10:00～11:00 はじめてのストレッチ		10:00～11:30 フラダンス		
		13:00～15:00 スポーツ吹矢	①13:00～14:20 ②14:30～15:50 入門・初級卓球		13:00～14:30 Yoga＆瞑想	
27	28	29	30		1	2
個人利用日	休館日	個人利用日 （昭和の日）				

2025/3/25現在

トップへ戻る

八千代台近隣公園小体育館　教室案内　5月カレンダー　自主事業教室

八千代台近隣公園小体育館
☎047－483－4977

★日程の変更もありますので、初めての教室参加は電話でお問合せください。

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
						個人利用日 （憲法記念日）
4	5	6	7	8	9	10
個人利用日 （みどりの日）	個人利用日 （こどもの日）	個人利用日 （振替休日）	休館日	10:00～11:30 フラダンス	13:00～14:30 Yoga＆瞑想	9:10～12:00 入門~経験キッズ3部制 初めてのストリートダンス
11	12	13	14	15	16	17
個人利用日 （母の日）	休館日	10:00～11:00 はじめてのストレッチ 13:00～15:00 スポーツ吹矢	①13:00～14:20 ②14:30～15:50 入門・初級卓球			9:10～12:00 入門~経験キッズ3部制 初めてのストリートダンス 14時から選挙準備
18	19	20	21	22	23	24
選挙	休館日	10:00～11:30 みんなの太極拳		10:00～11:30 フラダンス	13:00～14:30 Yoga＆瞑想	9:10～12:00 入門~経験キッズ3部制 初めてのストリートダンス
25	26	27	28	29	30	31
個人利用日	休館日	10:00～11:00 はじめてのストレッチ 13:00～15:00 スポーツ吹矢	①13:00～14:20 ②14:30～15:50 入門・初級卓球			

2025/3/25現在