

春休み短期体育教室 2日間

運動が好きになる!!
得意になる2日間!!

日程：3月23日(土)
24日(日)



マット、跳び箱、鉄棒、トランポリンを使って
楽しく運動能力を高めます。

お子様のレベルに合わせた少人数指導で

体操が苦手なお子様も

楽しみながら練習ができるので安心です。

器械体操専門の知識とスキルを生かして

親身になって丁寧に指導します。

- 対象：新年長～新6年生
- 時間：10:00～12:00
- 定員：20名
- 料金：2,500円
- プログラム内容：
マット・跳び箱・鉄棒
トランポリン

2月25日より受付スタート!!
お電話でお申込みください

短期教室特典

短期教室期間内に入会すると……

特典1

通常入会金
4,320円

0円!!

特典2

指定用品プレゼント!!

Tシャツ



体育教室Tシャツ

大人のための健康体操教室

はじめよう! 元気に明るく運動習慣



健康・体力づくりの運動といっても激しいスポーツをする必要はありません。

年齢や体力水準、健康状態などに応じて

無理のない日常的な運動を続けることが大切です

男性の方も80代の方も大丈夫です。

元気に明るく運動習慣をはじめましょう!

月会費 3,240円(週1回)

チケットもあります!(5回セット 5,500円)

タイムスケジュール

月曜日 10:00～11:30

★健康体操★

はじめの一步! 音楽に合わせて楽しく体を動かします

水曜日 10:00～11:30

★真美健康体操★

健康で楽しい生涯をおくるために考案されたユニークな体操です
ストレッチで気持ちよく筋肉をほくします

木曜日 10:00～11:30

★健康体操★

やさしいエアロビクスとコンディショニング

体育教室を通じて人づくりをめざす

ヒラキダ体育教室

長崎市滑石2丁目 7-13

まずはお気軽にお電話ください。(随時、体験、見学できます。)

お申込みはこちらから

TEL 095-857-8318

<http://www5.cncm.ne.jp/~hirakida/>

ヒラキダ体育教室

検索

