



東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/shisetsu/higashi-gym/index.html>

[申し込み] 3/11(金)～21(祝)午前9時～午後8時に電話または直接窓口で申し込み(多数時抽選)。詳細はお問い合わせください。
 [受講料] 受講料右かっこ内は、65歳以上および障がいのある方の料金です。
 [施設利用料] 受講料のほかに毎回施設利用料が掛かります(一般390円、高齢者(65歳以上)130円、高校生230円)。障がいのある方は無料です。
 [その他] ①、②は託児付きもあります。詳細はお問い合わせください。
 下記のほか フィットネス系教室や球技系教室(卓球・バドミントンなど)、少年少女教室(卓球・テニスなど)も募集しています。

対象	教室名	期間	曜日	回数	時間	定員	受講料
一般男女 (16歳以上)	①ソフトエアロビクスA	4/4～7月	月	10	午前10時～11時30分	30人	5,100円(4,100円)
	ソフトエアロビクスB				午後7時～8時30分	30人	
	②ピラティス ^{アンド} &バランスリズム	4/4～7月	月	10	午前10時～11時30分	30人	5,100円(4,100円)
	ウェルネスヨガ	4/4～7月	月	10	午後7時～8時	30人	5,100円(4,100円)
	SHAPE ^{シェイプ} ジャズヒップホップ	4/4～7月	月	10	午後7時～8時30分	15人	7,000円(5,600円)
	からだすっきりストレッチ	4/5～6月	火	10	午前10時30分～正午	15人	7,000円(5,600円)
	リフレッシュヨガ	4/5～6月	火	10	午後7時～8時	15人	7,000円(5,600円)
	骨盤体操	4/7～6月	木	10	午前9時30分～10時40分	15人	7,000円(5,600円)
	ソフト ^{アンド} &ステップエアロビクス	4/7～6月	木	10	午後1時30分～3時	30人	5,100円(4,100円)
	ゆるやかヨガ	4/7～6月	木	10	午後7時～8時	15人	7,000円(5,600円)
	リラックスヨガA	4/8～6月	金	10	午前9時30分～11時	30人	5,100円(4,100円)
	リラックスヨガB				午前11時15分～午後0時45分	30人	
	ナニアロハ	4/9～6月	土	10	午前10時～11時	30人	5,100円(4,100円)
	さわやかストレッチ	4/9～6月	土	10	午前11時10分～午後0時10分	30人	5,100円(4,100円)
	ナチュラルヨガ	4/9～6月	土	10	午後1時～2時	15人	7,000円(5,600円)
	からだ改善教室	4/9～6月	土	10	午後5時30分～6時30分	30人	5,100円(4,100円)
	【新規】らくらくステップ	4/9～6月	土	10	午後5時30分～6時30分	30人	5,100円(4,100円)
	ダンベル ^{アンド} &ソフトエアロビクス	4/9～6月	土	10	午後6時45分～8時	30人	5,100円(4,100円)

児童会館

<http://www.katsudokyokai.or.jp/sisetu/g-kan/higashi.html>

- 「祝入学」新一年生工作会(栄西・4/8(金)午後1時)
- 読み聞かせ(東苗穂・3/17(木)午後3時30分)
- サタデーサロン(札苗・3/12(土)午前10時30分)

毎月、子どもたちが興味を持つような行事をたくさん行っています。詳細については、各館にお問い合わせください。



新生 北8東7 ☎711-1339	東苗穂 東苗穂5-2 ☎786-3191
栄西 北46東5 ☎752-8363	元町 北21東18 ☎784-6664
北栄 北30東6 ☎711-3755	伏古 伏古10-3 ☎782-5620
北光 北18東5 ☎753-6353	札苗 東苗穂9-3 ☎791-5200
元町南 北16東16 ☎785-6148	丘珠たから 北35東23 ☎784-8095
ひのまる 北38東9 ☎752-1551	丘珠ひばり 北丘珠4-1 ☎785-6137
苗穂 苗穂町5 ☎711-8433	※全館で中学・高校生の夜間利用可能

広告

