

回覧

4月

ミズノウエルネス沼田健康スポーツ教室

テラス沼田7Fのミズノウエルネス沼田で下記の健康スポーツ教室を実施します。
ぜひこの機会にご参加ください。(最少催行人員5名。定員になり次第締め切ります。
定員間近な教室もありますので、新規申し込みの方はお早めにお申し込みください。)

★内容の詳細は施設にお問合せください。

今月募集教室のご案内

対象	教室名	実施期間	時間	定員	料金
16歳以上	ミズノ卓球スクール (硬式・一般中級)	4/1~4/22 毎週木曜 全4回	13:30~15:00	6名	¥5,000
小学生	ミズノ卓球スクール (小学生)	4/1~4/22 毎週木曜 定員満員 7:30~18:30 全4回		募集終了	
小学生から高校3年まで	ミズノ卓球スクール (選手養成コース)	4/6~4/27 毎週火曜日 全4回	19:10~20:40	6名	¥10,000
小学生	小学生バレエ教室	4/3~4/24 毎週土曜 全4回	12:30~13:30 【スタジオ】	10名	各回¥1,000 (シューズ、レオタード代別途)
概ね60歳以上	100年歩けるカラダをつくろう教室 ~カラダ100年プロジェクト~	4/6~4/27 毎週火曜 全4回	14:30~16:00	8名	¥2,000
16歳以上	脂肪燃焼教室 ファイドウ(格闘技エクササイズ)&メガダンス (バーチャル教室)	4/1~4/22 毎週木曜 全4回	10:45~11:45	10名	各回¥550(施設利用料のみ、月会員の方は無料)
16歳以上	ファイドウ (格闘技エクササイズ) (バーチャル教室)	4/2~4/30 毎週金曜 全5回	19:45~20:30	10名	各回¥550(施設利用料のみ、月会員の方は無料)

※バーチャル教室：講師は映像で流れます。映像でのレッスンです。
お気軽に参加できますので、是非この機会に運動をお始めください。

持ち物：室内シューズ、運動のできる服装、飲み物、タオル、マスク

その他ご不明な点はお電話にてお問合せください。(0278-25-3737)

※感染対策防止にご協力の上、ご参加ください。

今月募集教室のご案内

対象	教室名	実施期間	時間	定員	料金
16歳以上	働く人のための週イチ運動教室	4/7~4/28 毎週水曜 全4回	18:00~19:15	15名	¥2,200
16歳以上	ヨガ & ダンス (バーチャル教室)	4/3~4/24 毎週日曜日 全4回	16:45~17:45 【スタジオ】	10名	各回¥550 (施設利用料のみ、月会費の方は無料)
概ね60歳以上	足腰元気トレーニング教室 ミズノラララフィット~	4/6~4/27 毎週火曜 全4回	10:30~11:30	15名	¥2,000
16歳以上	メガダンス (バーチャル教室)	4/3~4/24 毎週土曜日 全4回	14:00~14:45	10名	各回¥550 (施設利用料のみ、月会費の方は無料)
16歳以上	社交ダンス教室 (土曜日コース)	4/3~4/24 毎週土曜日 全4回	14:00~15:00 【スタジオ】	20名	各回¥550 (施設利用料のみ、月会費の方は無料)
16歳以上	ミニトランポリン 脂肪燃焼コース ユーバウンド&ファイドウ (バーチャル教室)	4/3~4/24 毎週土曜日 全4回	15:15~15:50 【スタジオ】	10名	各回¥550 (施設利用料のみ、月会費の方は無料)
16歳以上	社交ダンス教室 (木曜日コース)	4/1~4/29 毎週木曜日 全5回	14:00~15:00 【スタジオ】	20名	各回¥550 (施設利用料のみ、月会費の方は無料)

申し込み・お問合せ

〒378-0044 沼田市下之町888番地 テラス沼田7F

ミズノウェルネス沼田 TEL 0278-25-3737 FAX 0278-25-3738

開館時間 火~土 9:00~22:00 日9:00~19:00 休館日 毎週月曜日

担当：財政課