

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才以上	ミズノ卓球スクール (硬式・一般中級)	11/4~ 11/25 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)	11/4~ 11/25 毎週木曜 全4回	17:30~18:30	12名	
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)	11/2~ 11/30 (11/23除く) 毎週火曜日 全4回	19:10~20:40	6名	各回¥2,500
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~	11/2~ 11/30 (11/23除く) 毎週火曜 全4回	14:30~16:00	8名	¥2,000
概ね60歳以上	足腰元気トレーニング教室 ミズノララフィット~	11/2~ 11/30 (11/23除く) 毎週火曜 全4回	10:30~11:30	15名	各回¥500
小学生女子	Jr.新体操クラブReachRG ミズノウエルネス 沼田校	11/2・16・ 30 火曜日 全3回	17:00~17:50	15名	各回¥1,000 別途入会時 ウェア・ 用具代 ¥17,270
16歳以上	ミズノウォーキング教室	11/27 土曜日	13:30~15:00	15名	¥1,000

【全教室の持ち物】：室内シューズ、運動のできる服装、飲み物、タオル、マスク、参加料
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	ヨガ & ピラティス (★バーチャル教室★)	11/6~ 11/27 毎週土曜日 全4回	18:15~18:45	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 (木曜日コース)	11/4~ 11/25 毎週木曜日 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	社交ダンス教室 (土曜日コース)	11/6~ 11/27 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	脂肪燃焼教室 格闘技エクササイズ (★バーチャル教室★)	11/2~ 11/30 毎週火曜日 全5回	10:30~11:00	10名	各回¥550 (施設利用料のみ、月会費の方は無料)

※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。



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

ミズノウエルネス沼田 TEL 0278-25-3737 FAX 0278-25-3738

開館時間 火~土 9:00~22:00 日・祝 9:00~19:00 休館日 毎週月曜日 担当：財政課