

裾野市民体育館スケジュール

	月	火	水	木	金	ご案内
午前		10:00~10:50 ボクシングシェイプ	10:00~10:50 ヨガトレ		10:00~10:50 slow basic yoga	【参加費】 1回 ¥510 【受付時間】 開始30分前~ 【教室定員数】 各25名先着順 【服装・持ち物】 ・動きやすい服装 ・タオル・飲み物 ・室内履き ヨガマット等の 無料貸出し有り!
		11:00~11:50 NEW カラダ☆リセット			11:00~11:50 diet power yoga	
午後		13:30~14:20 太極舞	13:00~13:50 ZUMBA	13:30~14:20 ディスコワールド	14:00~14:50 シンプルエアロ	【服装・持ち物】 ・動きやすい服装 ・タオル・飲み物 ・室内履き ヨガマット等の 無料貸出し有り!
				14:30~15:20 ピラティスストレッチ	15:00~15:50 エナジーヨーガ	
夜間	19:00~19:50 ピラティスボール		19:00~19:50 ボクシングシェイプ	19:00~19:50 はじめてエアロ		【服装・持ち物】 ・動きやすい服装 ・タオル・飲み物 ・室内履き ヨガマット等の 無料貸出し有り!
	20:00~20:50 ZUMBA		20:00~20:50 ストレッチボール ~姿勢改善~	20:00~20:50 リラックスヨガ		

裾野市運動公園スケジュール

	月	火	水	木	金	ご案内
午前		09:30~10:20 ピラティスストレッチ				【参加費】 1回 ¥510 【受付時間】 開始30分前~ 各15名先着順 ・動きやすい服装 ・タオル・飲み物 ・室内履き ・ヨガマット
		10:30~11:20 はじめてエアロ			10:00~10:50 はじめてエアロ	
		11:30~12:20 リフレッシュヨガ			11:00~11:50 リフレッシュヨガ	

※ 教室開催月日につきましては、開催カレンダーをご覧ください。
 ※ 開催日は、施設・講師の都合で休講となる場合もあります。予めご了承ください。

令和5年度 4月・5月・6月 スケジュール

市民体育館

4月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

5月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

6月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

運動公園(会議室)

4月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

5月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

6月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

体育館休館日・運動公園休園日
 教室開催
 非開催

お知らせ

休講 04月24日(月) 体育館 午後：ピラティスボール
 05月02日(火) 体育館 午後：太極舞

裾野市スポーツ施設



LINE ↑ 公式 HP ↑

施設や教室の休講情報を、公式 HP・LINE でお知らせしております！QRコードを読み取り、ご確認ください。

裾野市民体育館では、新型コロナウイルス感染拡大予防の為、以下の事項を皆様にお願ひしております

- ① 体調が優れない際は、ご参加をお控えください。
- ② 入館時や教室後は、手洗い消毒を実施してください。
- ③ 共有物(ストレッチマット、ボール等)は、衛生管理にご協力ください。
- ④ ロッカーームは三密を避けてご利用ください。
- ⑤ 館内の長時間の滞在はできる限りお控えください。

