



ゆうがお通信

みんなで、汗を、笑顔を、ふれあいを！



2025
9月号

発行者：ゆうがおスポーツクラブ事務局
住所：壬生町壬生甲3828(町総合運動場管理棟内)
電話：0282-51-6022 FAX：0282-51-2943
Email：yuugaosc@cc9.ne.jp <http://www.cc9.ne.jp/~yuugaosc>

水曜日の教室紹介

・ピラティス 9:30~10:15

参加費300円/回(会員)



インナーマッスルを強化し、理想的な体と健康に導く、人気のエクササイズです。

・エンジョイスリム 19:00~20:30

参加費500円/回(会員)

継続が自信となり、元気に年を重ねる。健康運動指導士が優しく効果的に教えてくれます。

・ランニング(月2回) 18:00~19:30

参加費300円/回(会員)

子どもからシニアまで参加可能。JAAF公認コーチによる指導で走りをステップアップ。

・バドミントン 19:00~21:00

参加費200円/回(会員)

全年齢対象



日程・会場については、裏面の予定表をあわせてご覧ください。
みなさまのご参加をお待ちしています。

9月～ 休止教室の再開について

●ミニバス(火曜)

●エアロビクス(木曜)

●ヨガ(土曜)

上記以外の一般教室も参加者を随時募集しております。ご興味のある方はぜひご参加ください！ご不明な点等ございましたら、事務局までお問



LINE登録URL→→→→

各種通知・臨時の連絡等に使用しています。

