

3月★ワンポイントレッスン★

【25mプール】 ~~7日(土)・10日(火)~~ 中止
~~13:00~13:30~~

【50m プール】 ~~3日・17日(各火曜)・13日(金)~~
~~13:00~13:30~~

【水中運動】 30日(月) 13:00~13:45

【トレーニング室】 ~~4日・11日~~・18日・25日(各水曜)
14:00~15:00

※予定は急遽変更になることがあります。

SSG スポーツクラブ ＜春の短期教室のお知らせ＞

◆テニスアカデミー3月体験入会キャンペーン 【対象:小学生初心者(キッズクラスも可)】

【日程】3月5日(木)~3月31日(火)

【時間】平日17:00~18:00

土日10:00~11:00(土日は時間変更の可能性有)

【参加費】無料

【場所】庭球場

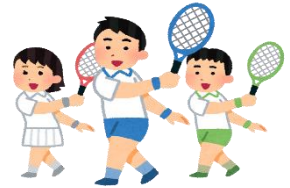
【講師】三村コーチ

【問い合わせ】TEL:080-9733-6629(三村コーチ)

【特典】体験後、入会の方は先着10名様に…★ジュニア用ラケットプレゼント♪

★入会后、1カ月間は月謝無料!!

【申込開始日】随時受付中



◆背骨ととのえヨガ 【対象:一般女性】

【日程】4月15日、22日(各水曜)

【時間】11:00~12:00

【定員】各20名

【参加費】各1,000円(税込)

【場所】水泳場 会議室

【講師】Rico

【内容】背骨をととのえるやさしいヨガ、バランス感覚と体幹を養いましょう。

【申込開始日】3月9日(月)より先着順受付

◆水中ウォーキング 【対象:一般成人】

【日程】4月14日、21日、28日

【時間】13:00~14:00

5月12日、19日、26日

6月2日、9日、16日、23日(各火曜)

【定員】30名

【参加費】全10回 8,800円(税込)

【場所】水泳場 25mプール

【講師】向井 泉

【内容】有酸素運動で生活習慣病予防と健康なカラダ作りを!!

【申込開始日】3月24日(火)より先着順受付



<申込方法>

直接水泳場窓口またはホームページよりお申込み下さい。

各教室申込開始日より先着順にて受付いたします。

キャンセルの場合はご連絡頂きますようお願い致します。

<問い合わせ先>

受付時間 9:00~20:00 ※土日祝日は受付時間外となります。

TEL:059-392-7071(SSGスポーツクラブ教室担当)

他にも多数教室
あります♪