

2018 SSGスポーツクラブ

11月の短期教室お知らせ

【申込み方法】ホームページまたは水泳場窓口よりお申込み下さい。
※申込み後、開講中止の場合のみメール又は電話にてご連絡致します。
※キャンセルの場合はご連絡をお願いします。



10月12日(金)より先着順にて受付♪

スロージョギング

ストレッチ、体幹トレーニングで体力アップ

料金 1,500円

(全3回)

定員 20名

日程 11月 6・13・20日

(各火曜日)

対象 一般成人

持ち物 運動シューズ

時間 10:30 ~ 11:30
(受付は15分前~)

場所 スポーツの杜 周辺
集合場所・水泳場ロビー

※開始時間までに受付をお願いします

わんぱくっ子ジーウィ

運動しながら
英語を楽しく学ぼう♪

料金 5,000円

(全4回)

定員 15名

日程 11月 6・13・20・27日

(各火曜日)

対象 年中・年長児

持ち物 動きやすい服装

時間 16:00 ~ 17:00
(受付は15分前~)

場所 体育館

※開始時間までに受付をお願いします

10月26日(金)より先着順にて受付♪

親子でボール遊び

幼児期に五感を刺激することで
脳の発達を促します

料金 2,400円

(全3回)

定員 15組

日程 11月 15・22・29日

(各木曜日)

対象 未就園児

持ち物 室内シューズ

時間 10:00 ~ 10:45
(受付は15分前~)

場所 体育館

※開始時間までに受付をお願いします

ベビービクス & ママビクス

ベビーマッサージで赤ちゃんとのコミュニケーション
ママビクスで産後の身体をシェイプアップ♪

料金 1,200円

定員 各30名

日程 11月 21日(水)

対象 2ヵ月~
歩く前までの親子

時間 午前:11:00~12:30
午後:13:30 ~ 15:00
(受付は15分前~)

持ち物 バスタオル、動きやすい服装、
シューズ

場所 水泳場 会議室

※開始時間までには入室をお願いします

★アイシング教室★

焼いたクッキーの表面を、お砂糖や卵白を
着色したクリームでデコレーションします♪

料金 1,500円

(材料費込み)

定員 10名

日程 11月 22日

(木曜日)

対象 一般成人
(お子様連れ OK)

持ち物 特になし

時間 10:30 ~ 12:00
(受付は15分前~)

※開始時間までにご着席をお願いします

場所 水泳場 会議室

【キャンセル料】前々日正午以降のキャンセルの場合、材料費500円がかかります。

【問い合わせ】

SSGスポーツクラブ
教室専用ダイヤル 059-392-7071
(<http://www.garden.suzuka.mie.jp/>)

三重交通G スポーツの杜 鈴鹿
〒510-0261
鈴鹿市御園町 1669 番地

