

# 2019

# 県体だより

# 9

# 月号



アクセス  
JR宇都宮駅西口バス乗り場 ①・② から、  
「清住・細谷」行き→「県体育館前」下車。  
乗車時間20分程度 料金220円

(公財) 栃木県体育協会 栃木県体育館  
〒320-0057 宇都宮市中戸祭 1-6-3  
TEL 本館 028-622-4201 プール館 028-622-4204  
FAX 028-622-4203



## ～9月からのスポーツ教室～

### ● デイレッスン 水曜コース

場所：武道館

※11月から武道館会議室

● ZUMBA (影山靖代先生)

● 時間 10:00～11:00

● 日程 9/4～2/26 (12/25休講)

● 持ち物 運動靴・運動着・タオル

● 健康ヨガ 相田紀枝先生、大橋光代先生

横田三智子先生、李越先生

● 時間 11:15～12:15

● 日程 9/4～2/26 (12/25休講)

● 持ち物 ヨガマットかバスタオル

※小さなお子様連れはご遠慮ください

### ● デイレッスン 金曜コース

場所：武道館 (9/6、10/18別館)

※11月から武道館会議室

● バレトン (鈴木玲子先生、月井恭子先生)

● 時間 10:00～11:00

● 日程 9/6～2/28 (12/27休講)

● 持ち物 ヨガマットかバスタオル

● 健康楽のりストレッチ (山田英美先生)

● 時間 11:15～12:15

● 日程 9/6～2/28 (12/27休講)

● 持ち物 ヨガマットかバスタオル

### ● ナイトレッスン 火曜日コース

場所：別館

● 太極拳 (高山守夫先生)

● 時間 17:15～18:15

● 日程 9/3～10/29 (10/22休講)

● 持ち物 運動靴・運動着・タオル

● 呼吸を感じる、

ゆったりピラティス (HARU先生)

● 時間 18:30～19:30

● 日程 9/3～10/29 (10/22休講)

● 持ち物 ヨガマットかバスタオル

※小さなお子様連れはご遠慮ください

### キッズサマー スクール

沢山のご参加、アンケートへの  
回答ありがとうございました。  
今後とも栃木県体育館を宜しく  
お願いします。



教室の料金は  
500円ですが  
同日に2つ  
受講すれば  
2つ目の教室は  
300円!

