

2020

県体だより



5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) 栃木県スポーツ協会 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



今年度のスポーツ教室



デイレッスン水曜日コース

ZUMBA(ズンバ)

講師 影山靖代先生
 時間 10:00~11:00
 場所 武道館 会議室
 日程 5/13~7/22, 9/2~2/24 毎週水曜日
 ※ 汗拭きタオル、運動シューズ、
 運動できる服装でご参加ください。

健康ヨガ

講師 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
 場所 武道館 会議室
 日程 5/13~7/22, 9/2~2/24 毎週水曜日
 ※ ヨガマットかバスタオルを持参してください。
 ※ 小さなお子様連れはご遠慮ください。

デイレッスン金曜日コース

バレトン

講師 鈴木玲子先生、月井恭子先生
 時間 10:00~11:00
 場所 武道館 会議室
 日程 5/8~7/17, 9/4~2/26 毎週金曜日
 ※ ヨガマットかバスタオルを持参してください。

健康楽のストレッチ

講師 山田英美先生
 時間 11:15~12:15
 場所 武道館 会議室
 日程 5/8~7/17, 9/4~2/26 毎週金曜日
 ※ ヨガマットかバスタオルを持参してください。

ナイトレッスン火曜日コース★

太極拳

講師 高山守夫先生
 時間 17:15~18:15
 場所 別館
 日程 5/12~7/21, 9/1~10/27 毎週火曜日
 (9/22は休講です。)
 ※ 汗拭きタオル、運動シューズ
 運動できる服装でご参加ください。

呼吸を感じる、ゆったいピラティス

講師 HARU先生
 時間 18:30~19:30
 場所 別館
 日程 5/12~6/23, 8/4~10/27 毎週火曜日
 (9/22は休講です。)
 ※ ヨガマットかバスタオルを持参してください。
 ※ 小さなお子様連れはご遠慮ください。

スポーツ教室について

新型コロナウイルスの影響で、開催日が未定です。今後の開催日程はホームページ等でご確認または、栃木県体育館までお問い合わせください。多くの方々のご参加をお待ちしております！