

2016

9月号

# 具体だより

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210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

秋といえば？

食欲の秋？読書の秋？ 今年の秋は…

## スポーツの秋で決まり！

### 9月からのスポーツ教室

～デイレッスン水曜日～

#### ズンバ

時間 10:00～11:00

日程 9/7～2/22

(11/23、2/8は休み)

場所 武道館 (11月からは武道館会議室)

持物 運動シューズ、運動のできる格好  
でご参加ください。



#### 健康ヨガ教室

時間 11:15～12:15

日程 9/7～2/22

(11/23、2/8は休み)

場所 武道館 (11月からは武道館会議室)

持物 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～

#### 呼吸を感じる、ゆったりヨガティス

時間 18:30～19:30

日程 9/6～10/25

場所 別館

持物 ヨガマットかバスタオルを持参  
してください。

#### 太極拳教室

時間 19:40～20:40

日程 9/6～10/25

場所 別館

持物 運動シューズ、運動のできる格好  
でご参加ください。



～デイレッスン金曜日～

#### バレトン

時間 10:00～11:00

日程 9/2～2/24

(11/18、12/23は休み)

場所 武道館 (11月からは武道館会議室)

持物 ヨガマットかバスタオルを持参  
してください。

#### 健康楽のリストレッチ

時間 11:15～12:15

日程 9/2～2/24

(11/18、12/23は休み)

場所 武道館 (11月からは武道館会議室)

持物 ヨガマットかバスタオルを持参  
してください。



スポーツ教室の料金は  
すべて500円です！  
2つ目の教室は300円！



《熊本地震復興支援募金の  
お礼とご報告》

熊本地震復興支援募金を行い、  
多くの方にご支援・ご協力いただきま  
して、**64,097円**の募金総額となり  
ました。

心より感謝申し上げます。

今後とも栃木県体育館をよろしく  
お願いいたします。