

# 2017 9 月号 県体だより



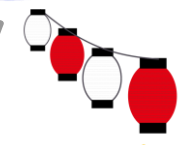
アクセス  
JR宇都宮駅西口バス乗り場 ①・② から、  
「清住・細谷」行き→「県体育館前」下車。  
乗車時間20分程度 料金210円

(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。けど、今年の秋は…

## スポーツの秋で決まり!!!



### ☆9月からスタートの教室☆



～デイレッスン水曜日～ (健康ヨガのみ11月から武道館会議室)

～ナイトレッスン火曜日～

**ZUMBA**

時間 10:00～11:00  
日程 9/6～2/28  
(11/15・22、12/27は休み)  
場所 武道館  
持物 運動シューズ、運動のできる服装  
でご参下さい

**健康ヨガ教室**

時間 11:15～12:15  
日程 9/6～2/28  
(11/15・22、12/27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持参  
※小さなお子様連れはご遠慮下さい

**太極拳教室**

時間 17:15～18:15  
日程 9/5～10/31  
場所 別館  
持物 運動シューズ、運動のできる服装で  
ご参加下さい

**呼吸を感じる、ゆったりピラティス**

時間 18:30～19:30  
日程 9/5～10/31  
場所 別館  
持物 ヨガマットかバスタオル持参  
※小さなお子様連れはご遠慮下さい

～デイレッスン金曜日～ (11月からは武道館会議室)

**バレトン**

時間 10:00～11:00  
日程 9/1～2/23  
(11/17、24は休み)  
場所 武道館  
※9/8・15、10/13はスポーツ会館、  
9/22は別館で行います。  
持物 ヨガマットかバスタオル持参

**健康楽のりストレッチ**

時間 11:15～12:15  
日程 9/1～2/23  
(11/17、24は休み)  
場所 武道館  
※9/8・15、10/13はスポーツ会館、  
9/22は別館で行います。  
持物 ヨガマットかバスタオル持参

スポーツ教室の料金は1回500円です  
事前予約不要、当日受付になります!



**普通利用について**

- ◎当日来館されるか、もしくは電話にて予約承ります。
- ◎毎月25日の午前9時から次の月の普通利用の予約が始まります。  
(例) 10月の普通利用の予約は  
9月25日の午前9時からとなります。
- ◎予約後、キャンセルされる場合はあらかじめご連絡下さい。  
※無断キャンセルはおやめ下さい。