

2019
4月号

県体だより



アクセス

J R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

スポーツ教室ご案内

火曜ナイトレッスン

★太極拳★

日程 4/23～10/29

時間 17:15～18:15

(4/30・10/22 は休み)

場所 別館

※運動シューズ、運動着持参

★呼吸を感じる、ゆったり

ピラティス★

日程 4/23～10/29

時間 18:30～19:30

(4/30・10/22 は休み)

場所 別館

※ヨガマットかバスタオル持参

水曜デイレッスン

★ZUMBA (ズンバ)★

日程 4/24～2/26

時間 10:00～11:00

(5/1・12/25 は休み)

場所 武道館

※運動シューズ、汗拭きタオル持参

★健康ヨガ★

日程 4/24～2/26

時間 11:15～12:15

(5/1・12/25 は休み)

場所 武道館

※ヨガマットかバスタオル持参

金曜デイレッスン

★バレトン★

日程 4/26～2/28

時間 10:00～11:00

(5/3・31・12/27 は休み)

場所 武道館

★健康楽のストレッチ★

日程 4/26～2/28

時間 11:15～12:15

(5/3・31・12/27 は休み)

場所 武道館

※どちらの教室ともヨガマットかバスタオル持参・11月からは武道館
会議室になります。なお、9/6・10/18 は別館になります。

～お知らせ～

◎好評につき、今年度も4月からスポーツ教室を開催いたします。
各教室は、1回ワンコイン(500円)です!!!

なお、1日に2つの教室を受講されるお客様は、2つ目の教室
が300円となります。事前予約等の必要はありません!!!

◎年度末アンケートのご協力ありがとうございました。

集計結果を全館に掲示しておりますので、是非ご覧ください。

今年度もよろしく願いいたします。