

2019

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



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
 日程 4/24~7/17, 9/4~2/26 毎週水曜日
 (5/1、12/25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。

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
 日程 4/24~7/17, 9/4~2/26 毎週水曜日
 (5/1、12/25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。

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
 日程 4/26~7/19, 9/6~2/28 毎週金曜日
 (9/6、10/18は場所が別館になります。)
 (5/3、5/31、12/27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。

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
 日程 4/26~7/19, 9/6~2/28 毎週金曜日
 (9/6、10/18は場所が別館になります。)
 (5/3、5/31、12/27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。

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2F
 日程 4/23~7/16, 9/3~10/29 毎週火曜日
 (4/30、10/22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2F
 日程 4/23~7/16, 9/3~10/29 毎週火曜日
 (4/30、5/14、10/22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。

~お知らせ~

キッズサマースクールを 開催します!!

1期 7/26~8/1 (7/27,28 休み)
 2期 8/2~8/9 (8/3,4,5 休み)
 受付は7/4(木) 9:00~
 ※1期お底学年(123年生)のみ
 ※水着、スイムキャップ、タオル、夏休みの宿題
 筆記用具を持参してください。

○今年度、当体育館で行われるスポーツ教室
 1つの受講につき500円となっております。
 なお、1日に2つ教室を受講されるお客様につ
 きましては2つ目の教室料金が300円と大変
 お得になっております!
 ○6月15日(土)県民の日スペシャルイベント
 体育館全施設無料開放を行います!!!
 様々な教室もご用意しております。
 詳細につきましては、「6月号」または「リーフレット」
 にてお知らせいたします。