

9月

松戸運動公園 教室スケジュール

1回 500円 (月・年会費なし)


武道館工事の関係で、
木曜日のレッスンは会場が
体育館の多目的室①に
なります！


月					火	水					木					金				
ラウンドフィットネス						かけっこ教室					タオル体操					簡単フラダンス				
定員10名 月曜日 10:00~10:50 1回 700円 錠者 						(年中~4年生) 定員20名 水曜日 17:00~18:00 1回 1,000円 ※雨天中止の判断は、当日16時までに いたします。ご不明な点がございましたら お問い合わせ下さい。 草深 					定員20名 内容変更! 10:00~10:50  錠者 					定員34名 10:00~10:50 根岸 				
5	12					7	14	21	28	1	8	22			2	9	16	30		
パワーヨガ											やさしいヨガ					その他の情報は こちらからご確認いただけます  松戸運動公園ほか 8スポーツ施設 検索 指定管理者 シンコースポーツ株式会社				
定員15名 11:10~12:00 根本  											定員15名 11:10~12:00 大塚  									
5	12									1	8	22								


★マスクを忘れた方の参加はできません。あらかじめご了承ください。

★マット・スリッパの貸出しはございません。ご自身でお持ちください。(大きめのタオル可)

★受付開始時間は教室開始時間の30分前からになります。

 ...マットが必要です

 ...室内シューズをお持ちください

 ...お子様を連れてでも参加できます

お気軽にお問い合わせください





松戸運動公園

TEL 047-363-9241

住所 松戸市上本郷4434

9月 柿ノ木台公園体育館 教室スケジュール

1回 500円 (月・年会費なし) 初めての方もお気軽にお越し下さい♪

月	火	水	木	金	日
体幹美Body 定員 25名 11:05~11:55 高橋 	ステップクラス 定員 19名 15:10~16:00 佐藤 	ショートプログラム (ストレッチエクササイズ) 定員 25名 1回 200円 9:30~9:50 施設スタッフ	らくらくエアロ 定員 20名 9/1(木) 14:00~14:50 9/15・22・29(木) 15:00~15:50 神 	ラウンドフィットネス 定員 10名 10:00~10:50 嶋田 	リフレッシュヨガ 定員 25名 9/4(日)10:00~10:50 9/10・24(土) 10:00~10:50 金子 
5 12 19	6 27	14 28	1 15 22 29	2 9 16 23 30	4 10 24
ハワイアンフラ 定員 25名 12:05~12:55 手塚		リフレッシュヨガ 定員 25名 9/7・21(水) 9:00~9:50 9/14・28(水) 10:00~10:50 中野 9/14代行金子 	らくらくヨガ 定員 25名 9/1(木) 15:00~15:50 9/15・22・29(木) 16:00~16:50 神 	ピラティス 定員 25名 11:10~12:00 田中 	
5 12 19		7 14 21 28	1 15 22 29	2 9 16 30	
リズムエアロ 定員 20名 15:00~15:50 金子(敏) 		パワーコア 定員 25名 13:10~14:00 中山 	Dance! Dance! HipHop (小学生) 定員 25名 1回 700円 19:00~19:50 木曜キッズ リサ 	ヨガ 定員 25名 15:00~15:50 中野 	その他の情報は こちらからご確認いただけます  <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> 松戸運動公園ほか 8スポーツ施設 </div> <input type="button" value="検索"/>
5 12		7 14 21 28	1 8 15 22 29	2 9 16 30	指定管理者 シンコースポーツ株式会社
※お気軽にお問い合わせください※ 柿ノ木台公園体育館 047-331-1131 住所 松戸市松戸 594-7	★マスクをご着用のうえ、ご参加をお願い致します。 ★マット・スリッパの貸出しはございません。ご自身でお持ちください。(大きめのタオル可) ★駐車場に限りがございます。なるべく公共交通機関でのご来館をお願い致します。 ★動画・撮影禁止となっております。ご了承ください。  …マットが必要です  …室内シューズをお持ちください		Dance!(フリースタイル) (中・高校生・大人) 定員 25名 1回 700円 20:00~20:50 NEW リサ 	親子限定 親子フラ(年少~小学3年生) 定員 25名 17:00~17:50 NEW 手塚 	お子様のみの参加はできません。 大人1名+お子様1名で 1,000円 それ以降は お一人につき500円
			1 8 15 22 29	2 9 16 30	

9月

小金原体育館 教室スケジュール

1回 500円 (月・年会費なし) 初めての方もお気軽にお越し下さい♪

月	火	水	木	金	土	日
ヨガ&ピラティス 定員16名 11:10~12:00 時間変更しています 大塚	リズム運動 定員16名 11:10~12:00 錠者	あさヨガ 定員16名 9:30~10:20 Eri	生活筋力向上 スロートレーニング 定員16名 11:10~12:00 河合	ショートプログラム 定員16名 1回 200円 9:20~9:40 施設スタッフ	土曜ヨガ 定員16名 9:30~10:20 清野	POPピラティス 定員16名 11:10~12:00 Eri
5 12 19	6 20 27	7 21 和室 和室	1 8 15 22 29	2 9 16 23 30	3 10 17 24	4 18
その他の情報は こちらからご確認いただけます 松戸運動公園ほか 8スポーツ施設 <input type="button" value="検索"/> 指定管理者 シンコーススポーツ株式会社		やさしいヨガ 定員16名 11:10~12:00 清野	木曜ヨガ 定員16名 13:10~14:00 河本	ピラティス 定員16名 10:00~10:50 大塚		日曜ヨガ 定員16名 11:10~12:00 yoko
		7 14 21 28	1 8 15 22 29	2 9 16 30		11 25 和室
★マスクをご着用のうえ、ご参加をお願い致します。 ★マット・スリッパの貸出しはございません。ご自身でお持ちください。(大きめのタオル可) ★駐車場に限りがございます。なるべく公共交通機関にてお越しください。 ★動画・撮影禁止となっております。ご了承ください。 ...マットが必要です ...室内シューズをお持ちください			かけっこ教 (対象:年中~4年生) 定員20名 1回 700円 17:10~18:00 草深		*お気軽にお問い合わせください* 小金原体育館 TEL 047-341-2242 住所 松戸市小倉原6-4-1	
				9		

9月

常盤平体育館 教室スケジュール

1回 500円 (月・年会費なし) 初めての方もお気軽にお越し下さい♪

月	火	水	木	金	土	日	
新教室 ピラティス&ストレッチ 定員17名 11:10~12:00 千田	火曜ヨガ 定員17名 11:10~12:00 村越	水曜ヨガ 各回 定員27名 ①11:05~11:55(事前予約制) ②12:05~12:55(事前予約制) 大塚	ショートプログラム (ストレッチエクササイズ) 定員17名 1回 200円 11:10~11:30 施設スタッフ	金曜ヨガ 各回 定員17名 ①9:00~9:50(事前予約制) ②10:00~10:50(事前予約制) 清野	ハワイアンフラ 定員17名 11:10~12:00 奥田 (3日代行:周防)	生活筋力向上 スロートレーニング 定員17名 4・18日 14:10~15:00 11・25日 11:10~12:00 河合	
5 12 19	6 13 20 27	7 14 21 28	1 8 22	2 9 16 23 30	3 10 24	4 11 18 25	
スリムアップ エクササイズ 定員17名 13:10~14:00 田中	ピラティス 定員17名 14:00~14:50 大塚		初めてのフラ 定員17名 11:40~12:30 奥田	【水曜ヨガ・金曜ヨガ 事前予約方法】 ◎8/20(土)よりお電話・受付窓口にて予約受付を開始いたします。 参加される方の御名前・ご連絡先・参加日時をお伝えください。 ◎受付時間 午前10時~17時まで。(休館日を除く) ◎受付期間 毎月20日~教室開催日前日まで。 ※定員に空きがある場合は当日窓口にて受付いたします。 ◎同日、連続しての予約はできません。(例:1/5(水)①、②連続予約不可)			
5 12 19	6 13 27		1 8 22				
その他の情報は こちらからご確認いただけます  松戸運動公園ほか 8スポーツ施設 <input type="button" value="検索"/> 指定管理者 シンコーススポーツ株式会社	ハワイアン キッズフラ 定員17名 ※年中~小3まで 17:00~17:50 周防 1回700円 6 13 20 27	★マスクをご着用のうえ、ご参加をお願い致します。 ★マット・スリッパの貸出しはございません。ご自身でお持ちください。(大きめのタオル可) ★駐車場に限りがございます。なるべく公共交通機関でのご来館をお願い致します。 ★動画・撮影禁止となっております。ご了承ください。  ...マットが必要です  ...室内シューズをお持ちください			*お気軽にお問い合わせください* 常盤平体育館 TEL 047-386-0111 住所 松戸市常盤平松葉町1-3		