

3月

松戸運動公園 教室スケジュール

1回 600円 (月・年会費なし) 武道館受付にてお支払い下さい。

※使用するお部屋が都度変更になる場合がございます。ご了承下さい。

月	火	水	木	金
ラウンドフィットネス 定員10名 10:10~11:00  1回 700円 永吉	骨盤ストレッチ 定員10名 10:45~11:35  清野	エアロと筋トレ <small>(旧:ザ・サーキット)</small> 定員15名 11:10~12:00  永吉	 いすde体操 定員20名 10:00~10:50  錠者	簡単フラダンス 定員34名 10:00~10:50  根岸
ヨガ 定員15名 11:10~12:00  根本	キッズフラダンス 定員15名(小学1年生~6年生) 17:10~18:00  1月9日~3月19日全10回 7,000円 ※事前申込一括払い 根岸	かけっこ教室② 定員20名(年中~4年生) 17:00~18:00 1回 1,000円 草深	ピラティス 10:00~10:50  大塚	 NEW 縄跳び教室 定員8名(年中~4年生) 18:10~18:50  田村
かけっこ教室① 定員20名(年中~4年生) 17:00~18:00 1回 1,000円 草深	6,000円分の回数券販売してます。  600円分(1枚)オマケでついてくる♪	※かけっこ教室雨天の場合、当日16時迄に判断致します。 	やさしいヨガ 11:10~12:00  大塚	
★マスクは個人の判断に委ねます。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。			~X(旧Twitter)開設中~ matsudo_kouenで検索 教室スケジュール、イベント情報等を随時更新しています!	その他の情報はこちらからご確認下さい。  松戸運動公園ほか8スポーツ施設検索 指定管理者 シンコーススポーツ株式会社 *お気楽にお問い合わせください*
 ...マットが必要です  ...室内シューズをお持ちください  ...お子様を連れてでも参加でき	 ...お子様対象フラダンス	 ...タオルが必要です  ...縄跳びをお持ちください	松戸運動公園 TEL047-363-9241 住所 松戸市上本郷4434	

3月

柿ノ木台公園体育館 教室スケジュール

1回 600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	パワーヨガ	リフレッシュヨガ	らくらくエアロ	ラウンドフィットネス	リフレッシュヨガ
11:05~11:55 高橋 	19日 13:30~14:20 13:00~13:50 中野 	10:00~10:50 中野 	14:00~14:50 神 	定員 14名 10:00~10:50 	10:00~10:50 金子 
4 11 18	5 12 19 26	6 13 27	7 14 28	1 15 22 29	3 10 17 24 30 (土)
ハワイアンフラ	ステップクラス	パワーコア	らくらくヨガ	ピラティス	
12:00~12:50 手塚 	定員 19名 15:10~16:00 佐藤 	13:05~13:55 中山 	15:00~15:50 神 	11:10~12:00 田中 	
4 11 18	5 12 19	6 13 27	7 14 28	1 8 15 22 29	
ZUMBA	ハワイアン キッズフラ (年中~小学4年生)	X(旧Twitter)開設中 @santaiikukan または松戸市三体育館で検索 教室スケジュール・ イベント情報等を 随時更新しています!		ヨガ	
13:05~13:55 リサ 	1回 700円(親子参加1,000円) 17:00~17:50 手塚 			15:00~15:50 中野 	
4 11 18	5 12			1 8 15 22 子 金 29	
お気軽にお問い合わせください	イベント教室 かけっこ教室 参加費700円(年中~小学4年生) 19:10~20:00 草深 	その他の情報は こちらからご確認ください  松戸運動公園ほか 8スポーツ施設 検索 指定管理者 シンコーススポーツ株式会社	ダンス初中級クラス (小学生~大人) 1回 700円 19:10~20:00 リサ 	★各教室において感染対策に基づき参加をお断りする場合もございます。 ★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。	
柿ノ木台公園体育館 047-331-1131 住所 松戸市松戸 594-7	12			…マット必要です 	…シューズ必要です 
			7 14 28		

3月

常盤平体育館 教室スケジュール

1回 600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
ピラティス&ストレッチ 11:10~12:00 千田	火曜ヨガ 11:10~12:00 村越	水曜ヨガ 11:05~11:55 大塚	初めてのフラ 11:40~12:30 奥田	ヨガ&ストレッチ 9:00~9:50 清野	ラスト イベント教室 足裏リンパ&ヨガ 9:30~10:20 清野	生活筋力向上 スロートレーニング 3,17日14:10~15:00 10,24日11:10~12:00 河合
4 11 18	5 19 26 <small>会議室</small>	6 20 27	7 21 28 <small>プレールーム</small>	1 8 15 22 29	2 9 16 23 30	3 10 17 24
ソフトエアロビクス 13:10~14:00 田中	★各教室において感染対策に基づき参加をお断りする場合がございます。 ★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) ★動画・撮影禁止となっております。ご了承ください。	ヨガ&ピラティス 12:05~12:55 大塚	…マットが必要です …運動用シューズをお持ちください	骨盤ヨガ 10:00~10:50 清野	ハワイアンフラ 11:10~12:00 奥田	6000円の回数券 販売してます♪ 
4 11 18	5 19 26 <small>会議室</small>	6 20 27	7 21 28 <small>プレールーム</small>	1 8 15 22 29	2 9 16 23 30 <small>プレールーム</small>	3 10 17 24
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	X(旧Twitter)開設中 @santaiikukan または松戸市三体育館で検索 教室スケジュール・ イベント情報等を 随時更新しています！”	ハワイアンキッズフラ (対象:年中~小学4年生) 1回 700円(親子参加 1000円) 17:00~17:50 周防		ラスト キッズ教室 かけっこ教室 定員 25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* 常盤平体育館 TEL 047-386-0111 住所 松戸市常盤平 松葉町1-3	
20 27 <small>会議室</small>	21 28 <small>プレールーム</small>	22 29	23 30 <small>プレールーム</small>	24 31		