8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 5 休　12 休　19 休		**エアロと筋トレ**（旧：ザ・サーキット） 定員15名 11:10～12:00 永吉 7 多目2　21 多目2　28 多目2	**いすde体操** 定員20名 10:00～10:50 錠者 1 多目2　8 会　15 会	**簡単フラダンス** 定員34名 10:00～10:50 根岸 2 小体1　9 小体1　23 小体1　30 小体1
ヨガ 定員15名 11:10～12:00 根本 5 多目2　12 多目2　19 多目2	**キッズフラダンス** 定員15名（小学1年生～6年生） 17:10～18:00 10月8日～ 12月 17日全11回 7,000円 ※事前申込一括払い 周防 次回開催は10月!!	**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 7 陸　14 陸　21 陸　28 陸	**ピラティス** 10:00～10:50 大塚 1 柔　8 柔　15 柔　29 柔	NEW **縄跳び教室** 定員8名（年中～4年生） 18:10～18:50 田村 次回開催は10月!!
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 5 陸　19 陸			**やさしいヨガ** 11:10～12:00 大塚 1 柔　8 柔　15 柔　29 柔	
NEW **ZUMBA** 定員15名 19:15～20:00 渡邊 8 月休講	**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。	NEW **リズム体操ダンス** 定員15名（小学1年生～6年生） 17:10～18:00 河野 1 多目2　8 多目2　15 多目2　29 多目2	

★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。

・・・マットが必要です　・・室内シューズをお持ちください　オルが必要です

・・・お子様を連れても参加できます　お子様対象フラダンス　・・・縄跳びをお持ちください

～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　シンコースポーツ株式会社

＊お気楽にお問い合わせください＊

松戸運動公園

TEL047-363-9241

住所　松戸市上本郷4434

8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 11:05～11:55 高橋	**パワーヨガ** 20日　14:05～14:55 13:05～13:55 中野	**リフレッシュヨガ** 10:00～10:50 中野	**らくらくエアロ** 14:00～14:50 神	**ラウンドフィットネス** 定員 14名 10:00～10:50	**リフレッシュヨガ** 4日　11:00～11:50 10:00～10:50 金子
5　19	6　13　20　27	7　14　21　28	1　15　22　29	2　16　30	4　11　18　25
ハワイアンフラ 12:00～12:50 手塚	**ステップクラス** 定員 19名 15:10～16:00 佐藤	**パワーコア** 13:05～13:55 中山	**らくらくヨガ** 15:00～15:50 神	**ピラティス** 11:10～12:00 田中	6000円の回数券 販売してます♪・
5　19	6　13　20	7　14　21　28	1　15　22　29	2　9　16　23　30	
ZUMBA 13:05～13:55 リサ	**ハワイアン キッズフラ** （年中～小学4年生） 1回 700円(親子参加1,000円) 17:00～17:50 手塚	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** 15:00～15:50 中野	
5　19	6　20　27			2　9　16　23　30	
＊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		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	**ダンス初中級クラス** 1回 700円（小学生～大人） 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。 ・・・マット必要です　・・・シューズ必要です	
			1　8　29		

8月 小金原体育館　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 11:10～12:00 大塚	期間限定教室 火曜ヨガ 10:00～10:50 村越	生活筋力向上 スロートレーニング 10:00～10:50 河合	ストレッチ・ピラティス 11:10～12:00 千田	パワーヨガ 9:10～10:00 開催時間変更 中野	ストレッチ・ヨガ 9:30～10:20 みゆき	日曜ヨガ 11:10～12:00 yoko
5 19	6 プレ 13 プレ 20 プレ 27 プレ	7 14 21 28	1 8 15 22 29	2 9 16 23 30	3 10 17 24 31	4 18
月曜ヨガ 12:10～13:00 大塚 5 19	リズム運動 11:10～12:00 錠者 6 13 20 27	やさしいヨガ 11:10～12:00 みゆき 7 14 21 28		かけっこ教室 （対象：年中～4年生） 1回　700円 定員 25名 17:10～18:00 草深 2 9 23 30	6,000円回数券 7,000円回数券 販売しています♪ 	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！

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

★2024年度回数券販売中！！

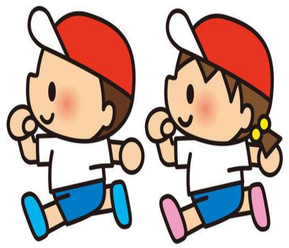
★マット・スリッパの貸出しはございません。ご自身でお持ちください。（大きめのタオル可）

★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。

★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。

★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＊

小金原体育館

TEL　047－341－2242

住所　松戸市小金原6－4－1