

各教室開催スケジュール

日程	時間・対象	教室名	料金	定員	予約
11月21日(月) 11月28日(月) 12月5日(月)	小学1~3年生 18:00~18:45	目指せ！前跳び！後ろ跳び！ 縄跳び教室	¥500	10名	電話又は 受付にて
11月25日(金) 12月2日(金) 12月9日(金)	小学1~3年生 18:00~18:45	目指せ！二重跳び！ 縄跳び教室	¥500	10名	電話又は 受付にて
11月11日(金) 11月18日(金) 11月25日(金) 12月2日(金) 12月9日(金)	成人 10:00~10:45	簡単！ 筋力トレーニング教室	¥500	10名	電話又は 受付にて
11月15日(火) 11月22日(火) 11月29日(火) 12月6日(火)	成人 10:00~10:45	簡単！ 健康運動教室	¥500	10名	電話又は 受付にて



予約開始：11月1日（火曜日）



問合せ：MCMフェニックスグループ

長岡市宮陸上競技場

TEL：0258-27-6300

