

スクール名	曜日	時間	期間										回数	費用	対象	定員	65歳以上割引	内容
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩						
初心者向け ナイタージョギング	月	19:00 ▼ 20:30	9/4	9/11	9/25	10/23	10/30	11/6	※赤枠内日程変更あり			12/11	10回	参加料3,600円 入場料別途必要	15歳以上で ジョギング 初心者の方 (中学生を除く)	30名	○	ジョギング初心者の方を対象にした教室です。 お気軽にご参加ください。
マラソン クリニック (午前)	火	10:00 ▼ 11:30	9/5	9/12	9/19	9/26	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	10回	参加料3,600円 入場料別途必要	15歳以上 (中学生を除く)	30名	○	ランニングにつながる身体作りについての講義 や室内でもできるトレーニング、それらを生かし た実践を行います。
マラソン クリニック (夜)	金	19:00 ▼ 20:30	9/8	9/15	9/22	9/29	10/27	11/10	11/24	12/1	12/8	12/15	10回	参加料3,600円 入場料別途必要	15歳以上 (中学生を除く)	30名	○	ランニングにつながる身体作りについての講義 や室内でもできるトレーニング、それらを生かし た実践を行います。
申込終了 ヨガ&体幹・骨盤 調整エクササイズ (午前)		10:00 ▼ 11:00	9/8	9/15	9/22	9/29	10/27	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	10回	参加料6,000円 入場料込み	15歳以上 (中学生を除く)	20名	○	ヨガを取り入れたエクササイズで体幹や骨盤を 整え、しなやかな身体を作りましょう。

【教室を受講される皆様へ】

- 教室の休講案内は、LINE配信とホームページでのご案内になります。
- 定員を超える申込があった場合には、抽選とさせていただきます。
- 申込が少数の教室は中止となる場合がございますので、予めご了承ください。

申込フォームはこちら!!



【申込期間】 7月16日(日)～ 8月18日(金)必着

【申込方法】 直接窓口か、ホームページ申込フォーム(<https://niigata-kaikou.jp/entry/>)からお申込みください。 ※メンバーズカードの作成が必要です。

ホームページでは
さまざまな情報を
発信しています!



LINE@でも
情報発信しています。
最新情報はこちらから!

LINE 友だち追加



YouTube
もやっています。
チャンネル登録
お願いします!



【申込み・問合せ】新潟市陸上競技場 〒951-8132 新潟市中央区一番堀通町3番地 |
電話:025-266-8111 HP:<https://niigata-kaikou.jp>