

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						
マラソンクリニック (午前)	火	10:00 ▼ 11:30	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/5			8回	参加料2,800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	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8			8回	参加料2,800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。
ヨガ&体幹・骨盤調整エクササイズ (午前)		10:00 ▼ 11:00	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8			8回	参加料4,800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。
- 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。
- 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場合がございます。

申込フォームはこちら!!



【申込期間】 11月19日(日)～ 12月10日(日)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1
電話:025-266-8111 HP:<https://niigata-kaikou.jp>