【まえばしスポーツクラブ】スポーツ教室インフォメーション

「まえばしスポーツクラブ」は、地域におけるスポーツ環境を整え、多様なスポーツ活動の機会を創出することにより参加者の健全な心身の育成と相互の親睦を図ることを目的とし新たに設立した地域クラブです。

ヤマト市民体育館前橋

上佐鳥町460-7
（前橋工科大隣）

コース	費用	対象	定員	期　間	時　間	曜日	回数	広報掲載	指導者
健康運動教室	5,000円	どなたでも（中学生以下を除く）	50人	5月15日 ～ 7月17日	10:00~11:00	水	10回	4月1日号	石井桂子
				10月2日 ～ 12月4日				9月1日号	
New!楽らくヨガ				1月8日 ～ 3月12日				12月1日号	
ストレッチ水曜	2,600円	どなたでも（中学生以下を除く）	40人	7月24日 ～ 8月28日	10:00~11:00	水	5 回	6月1日号	尾関真美
ストレッチ金曜				8月2日 ～ 8月30日		金	5 回	7月1日号	
	1,160円			New！11月22日・29日			2回	10月1日号	
リフレッシュヨーガ	1,640円	どなたでも（中学生以下を除く）	80人	7月30日 ～ 8月20日	10:00~11:00	火	3 回	6月1日号	中村和子
				12月3日 ～ 12月17日				11月1日号	
New！ヨガ＆ピラティス	2,600円	どなたでも（中学生以下を除く）	40人	11月15日 ～ 12月20日	10:00～11:00	金	5回	11月1日号	細井美紀
New！健康講座	無料	上記の教室参加者 ※クラブ会員	70人	12月5日（木）	1部 13:30～14:00 2部 14:10～15:40		1回	11月1日～電話で	善衆会病院 栄養士 理学療法士
1部　『健康寿命を延ばす-筋肉を減らさない!?栄養を考えてみよう』 2部　『歩行を楽しくする！膝痛・腰痛の予防法』									

しんしん大渡温水プール・トレーニングセンター

大渡町2-3-11

コース	費用	対象	定員	期　間	時　間	曜日	回数	広報掲載	指導者
アロマフィットネス ヨ　ガ	3,000円と別途施設使用料	どなたでも（中学生以下を除く）	40人	5月18日 ～ 7月20日	19:00~20:00	土	10回	4月1日号	佐相文子
				9月7日 ～ 11月9日				8月1日号	
				1月18日 ～ 3月22日				12月1日号	

前橋総合運動公園

荒口町437-2
（50号線沿い）

コース	費用	対象	定員	期　間	時　間	曜日	回数	広報掲載	指導者
アロマフィットネス ヨ　ガ	4,000円	どなたでも（中学生以下を除く）	40人	5月18日 ～ 7月20日	10:30~11:30	土	10回	4月1日号	佐相文子
				9月7日 ～ 11月23日				8月1日号	
				1月18日 ～ 3月22日				12月1日号	

お申し込みは、Webサイト「まえばしスポーツナビ」で！！

「まえばしスポーツナビ」https://maebashi-sportsnavi.jp/

■前橋市のスポーツ教室・大会・イベントを中心にスポーツ情報を発信します。

発行元 ： 公益財団法人前橋市まちづくり公社　スポーツ部地域事業推進室　☎ ０２７－２６５－０９００
（ヤマト市民体育館前橋内）