

申込期間：8月24日(木) ~ 9月10日(日)

参加者募集!

令和5年度第2期

定期スポーツ教室

新しい楽しみが増え、
心も体もリフレッシュ!

ボウリング 教室

講師：紋別ボウリング協会



中学生以上・木曜日 18:30~20:00
9/14~10/19

体幹トレーニング

教室 筋トレはハードル高いけど
「宅トレ感」が魅力!

講師：千葉 貴仁
(北海道コンサドーレ札幌)



一般・木曜日 18:30~19:30
9/14~10/19

楽しく踊りながら体力や
表現力を身につけよう!

こども ダンス教室

講師：CHIEPPY



年中~小学生・木曜日 18:30~19:30
9/14~10/19

卓球教室

生涯スポーツ競技で
楽しく無理なく
運動不足解消!

講師：高橋 幸子



一般・木曜日 10:00~11:30
9/14~10/19

おとな

ダンス教室

体形の維持や改善を
軽快なダンスで解消!

講師：CHIEPPY

一般・金曜日 19:15~20:15
9/15~10/20



参加料：全教室1,500円
(保険料込み)全6回

※参加の際、都度施設使用料がかかります
(ボウリング教室はゲーム代+貸し靴代)

詳細はこちらから↓

お申し込みは、スポーツセンター窓口
またはお電話にてお問合せ下さい!

NPO法人 紋別市スポーツ協会 紋別市南が丘町7丁目47-1

TEL 0158-24-7016

<https://www.montaikyo.com/>

