

米子市体育施設 スポーツ教室参加者募集



第3期スタート

スポーツ教室紹介

米子市民体育館(体育館)

☎0859-33-2861

教室名	講師	対象	曜日	時間	回数	受講料	定員	1回参加
ボディシェイプ	生田 景子	18歳以上	木	10:00~11:00	10回	7,000円	20名	800円
ヨガ	生田 景子		木	13:00~14:00	10回	7,000円	20名	800円

※ 定員に達していない教室のみ1回参加していただけます。(教室開始15分前からの受付となります)
 ※ 施設の予約状況により開催場所を東山体育館に変更する日がございます。(裏面をご確認ください)

淀江体育館(トレーニングルーム)

☎0859-56-3221

教室名	講師	対象	曜日	時間	回数	受講料	定員	1回参加
ZUMBA® 火曜日	金坂 明子	18歳以上	火	10:30~11:15	10回	7,000円	20名	800円
ZUMBA® 水曜日	金坂 明子		水	19:00~19:45	10回	7,000円	20名	800円

※ 定員に達していない教室のみ1回参加していただけます。(教室開始15分前からの受付となります)

新規

お申込み
方法

お申込みは各施設窓口で行っております。(教室が行われる体育館窓口)

※受付時間 営業日9:00~21:00 休館日9:00~16:30

期間内に申込書の提出、受講料をお支払いいただき受付完了となります。

※応募者多数の場合は抽選となります。

申込書の必要事項を記入できる場合は、代理申込みも可能です。

教室の空き状況や教室内容についてのお問い合わせはお電話でも可能です。

※新型コロナウイルスの影響により開催を見送る場合がございます。

参加者募集中!! お気軽にお問い合わせください♪

教室日程

※日程は変更となる場合があります。
 ※気象警報発令時には教室が休講となる場合があります。
 施設からはご連絡は致しませんのでお電話にてご確認ください。

開催場所: 米子市民体育館

教室名	日程									
ボディシェイプ 木曜日 <small>簡単な有酸素運動で体を温め気持ちよくほぐし、シェイプトレーニングを行っていきます。</small>	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23
ヨガ 木曜日 <small>ゆったりと呼吸をし、のびのびと体を動かしていきます。ヨガのポーズを通じて、心と体を快適な状態へと導いていきましょう。</small>	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23

お問合せ先 米子市民体育館

〒683-0031 米子市東山町106-4
 ☎ 0859-33-2861

開催場所: 淀江体育館 トレーニングルーム

教室名	日程									
ZUMBA® 火曜日 <small>ラテン系ダンスで盛り上がります!! 楽しく簡単にエクササイズ。</small>	10/12	10/19	10/26	11/2	11/16	11/23	11/30	12/7	12/14	12/21
ZUMBA® 水曜日 <small>ラテン系ダンスで盛り上がります!! 楽しく簡単にエクササイズ。</small>	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22

お問合せ先 淀江体育館

〒689-3403 米子市淀江町西原805
 ☎ 0859-56-3221

教室の準備物

- ・運動のできる服装、室内シューズ、タオル
- ・水分補給できるもの
- ・ボディシェイプ、ヨガを受講される方はヨガマット
 (貸出用は数に限りがございます)



新型コロナウイルス感染予防対策について

- 発熱、咳など自覚症状がある場合には、ご来館をお控えください。
 - 来館・退館時及びお着替えの際には、マスクを着用してください。
 - こまめな手洗い、施設に設置してあります消毒液で、手指の消毒をお願いします。
 - ご利用につきましては、お客様同士の間隔確保のため、入館を制限させて頂く場合があります。
 - 2週間以内に海外渡航歴のある方は、ご来館をお控えください。
- ※ご利用にあたり上記の事項についてのご協力をよろしくお願いいたします。