

平成28年度 山形県総合運動公園 スポーツ教室

各教室の日程・詳細は、教室毎の募集用紙でご確認ください。



NEW SCHOOL キッズ水あそび

プールデビュー
安全な遊び方
今年の夏は
プールで楽しく
オムツの取れた
幼児10名

講師 太田 香南子 先生
曜日・時間 金曜日 17:30~18:30
受講料 5000円 10回(期)
全1期開催



ダブルステニス

基本からゲーム
まで
上達を実感
一般女子8名

講師 工藤 剛司 先生
曜日・時間 募集用紙参照
受講料 3000円 4回(期)
全5期開催



NEW SCHOOL スポーツ吹矢

集中力アップ
細胞活性化
一般男女20名

講師 山形県スポーツ吹矢
協会の2名の先生
曜日・時間 水曜日 10:00~11:30
受講料 2400円 6回(期)
全4期開催



ピラティス

深層筋運動
体のリフレッシュ
一般男女
1期~3期40名
4期30名

講師 伊藤 咲良 先生
曜日・時間 月曜日 19:00~20:00
受講料 3500円 7回(2・3期)
4000円 8回(1・4期)
全4期開催



トータルフィットネス

健康エクササイズ
運動後の爽快感
一般男女
1期~3期40名
4期30名

講師 伊藤 咲良 先生
曜日・時間 木曜日 19:30~21:00
受講料 4000円 8回(期)
全4期開催



リラックスヨガ

やさしいヨガ
すっきり感
一般男女
1期~3期40名
4期30名

講師 加藤 仁美 先生
曜日・時間 木曜日 14:00~15:00
受講料 4000円 8回(期)
全4期開催



ヨガ・夜コース

安心のヨガ
やすらぎ感
一般男女
1期~3期40名
4期30名

講師 加藤 仁美 先生
曜日・時間 火曜日 19:00~20:00
受講料 4000円 8回(期)
全4期開催



こどもプール 年中・年長

水慣れ
楽しく水遊び
20名

講師 岡崎 郁子 先生
曜日・時間 火曜日 17:00~18:00
受講料 10000円 20回(期)
全2期開催



こどもプール 小1・小2

水慣れ
遊びから泳ぎへ
20名

講師 岡崎 郁子 先生
曜日・時間 火曜日 18:00~19:00
受講料 10000円 20回(期)
全2期開催



こども水泳

NEWコース開設
体力アップ
四泳法の習得
10m以上泳げる
こども 各25名

① 年中~小2コース
② 小3~小6コース

講師 太田 香南子 先生
曜日・時間 木曜日 17:00~18:00
武田 理 先生 ① 17:00~18:00
② 18:00~19:00
受講料 10000円 20回(期)
各コース 全2期開催



フラダンス

踊る楽しさ
仲間づくり
一般女子のみ20名

講師 田中 恵 先生
曜日・時間 金曜日 13:15~14:45
受講料 4000円 8回(期)
全4期開催

【問合せ先】

TEL 023-655-5900 FAX 023-655-5907

山形県総合運動公園 指定管理者

〒994-0000 山形県天童市山王1番1号

Eメール benibana@montedio.co.jp

HP http://park.montedio.co.jp/

株式会社モンテディオ山形

募集開始は4月5日から