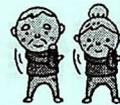


3月

運動教室～学び処ないんずカフェ～



日	月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	① 6日	② 7日
	休館日				時間 18:30～19:30 対象 全年齢対象 講師 平中あゆ美 内容 ストレッチ&ゆるトレ教室 場所 ミーティングルーム 定員 10名	時間 9:00～11:00 対象 未就学児・小学生向け 講師 菅原能啓 千葉秀人 内容 サッカー教室 場所 アリーナ全面 定員 20名
8日	9日	10日	③ 11日	12日	13日	⑥ 14日
	休館日		時間 18:30～19:15 対象 未就学児向け 講師 NPOスポーツウェルネス 内容 運動あそび教室 場所 公民館2F (HOZホール) 定員 20名		④ 時間 18:30～19:30 対象 小学生向け 講師 鷲尾幸大 高橋好範 内容 バドミントン教室 場所 アリーナ(入口側) 定員 10名 ⑤ 時間 18:30～19:30 対象 子ども～おとなまで 講師 野中直樹 内容 Thankyou Medical Assist Project 場所 ミーティングルーム 定員 10名	時間 10:00～11:00 対象 全年齢対象 講師 平中あゆ美 内容 シェイプアップ教室 場所 ミーティングルーム 定員 10名
15日	16日	17日	18日	⑦ 19日	20日	21日
	休館日			時間 10:00～11:00 対象 全年齢対象 講師 NPOスポーツウェルネス 内容 エアロビ教室 場所 ミーティングルーム 定員 10名		
22日	23日	24日	⑧ 25日	⑨ 26日	27日	28日
	休館日		時間 10:00～11:00 対象 全年齢対象 講師 NPOスポーツウェルネス 内容 ストレッチ&ゆるトレ教室 場所 ミーティングルーム 定員 10名	時間 18:30～19:30 対象 子ども～おとなまで 講師 野中直樹 内容 Thankyou Medical Assist Project 場所 ミーティングルーム 定員 10名	⑩ 時間 18:30～19:15 対象 小学生向け 講師 NPOスポーツウェルネス 内容 運動あそび教室 場所 公民館2F (HOZホール) 定員 20名 ⑪ 時間 18:30～19:30 対象 全年齢対象 講師 平中あゆ美 内容 ダイエット教室 場所 ミーティングルーム 定員 10名	
29日	30日	31日				
	休館日					

各教室詳細と申込用紙・QRコードは裏面へ！