

高岡公園体育館

10月～12月

自主事業講座 コース申込期間(第3期)

講座名	回数	開催日時	申込期間
体幹強化ヨガ	全10回	10/7～12/16の毎週水曜日 10:45～12:00	9/16(水)～ 10/7(水)
ZUMBA®	全6回	10/7～12/16の第1・3水曜日 13:30～14:30	9/16(水)～ 10/7(水)
腸活骨盤体操	全10回	10/1～12/17の毎週木曜日 10:00～11:00	9/24(木)～ 10/1(木)
たのしいフラダンス	全6回	10/8～12/24の第2・4木曜日 13:00～14:00	9/24(木)～ 10/8(木)
運動神経バツグン！ キッズ教室(4歳～8歳)	全10回	10/1～12/17の毎週木曜日 19:00～19:55	9/17(木)～ 10/1(木)
やさしい気功と太極拳	全10回	10/2～12/18の毎週金曜日 13:30～15:00	9/18(金)～ 10/2(金)
STRONG NATION®	全6回	10/10～12/19の月2回土曜日 17:30～18:30	9/19(土)～ 10/10(土)

単発チケット購入よりお得に参加できる3か月コースです★（対象は上記講座のみ）

※初回講座の開始前まで申し込みできます。（定員に達し次第受付を終了）

※開催日時は変更となる場合があります。

※詳細は下記連絡先へお問い合わせ、もしくはホームページ・Instagramの情報をご確認ください。

【問い合わせ先】

高岡公園体育館

☎TEL：0565-54-0601

指定管理者：ホームックス(株)

《最新情報はここからチェック！》

ホームページ

Instagram



@TAKAOKAKOUEI_TAIKUKAN