



新年あけましておめでとうございます。  
今年も皆様が安全にスポーツができるよう努めてまいりますので  
2026年もどうぞよろしくお願いいたします。



＼教室申し込みのご案内／

## やさしいピラティス

日程

2/17～3/17  
毎週火曜日 全5回

時間

10：50～11：50

対象

16歳以上 料金 2500円

申込締切

2/7（土）

初めての方も取り組みやすい  
内容になっています  
新年を機に新しいことに  
チャレンジしてみませんか？

定員を超えた場合は抽選となります。結果は当選者のみご連絡いたします。



八雲体育館の最新情報はこちら



八雲宮前



参加者募集！（1/15～申込開始）

教室名	日時	対象	参加費	締切
健康運動指導士による「月イチ講座」 古武術論にもとづいた 上手な身体の使い方 スポーツ応用編	2/18（水） 19：30～21：00	16歳以上	500円	2/9（月）
運動指導員によるお悩み相談	2/20（金） ①15：00～15：30 ②15：45～16：15	16歳以上	無料	当日までに 電話もしくは 窓口にて
栄養講座 冷え性改善・代謝アップを 助ける栄養素	2/28（土） 14：30～15：30	16歳以上	無料	2/19（木）

※定員を超えた場合は抽選を行い、当選者のみご連絡いたします。

※その他の教室、詳細は、館内掲示板もしくは八雲体育館ホームページ「最新情報」にてご確認ください。

