

敬老の日イベントのお知らせ 9月15日（月・祝）

入場無料

【65歳以上の方】
トレーニング室無料開放
9：00～22：00
(21：30 最終入場)

初めて利用される方は初回講習の
受講が必要です

①11：00 ②13：30 ③19：30

窓口または電話にてご予約ください

※混雑時にはトレーニング室の利用を
お待ちいただく場合がございます

姿勢分析測定会
(八雲体育館 1階 研修室)

10：00～13：00

(最終入場12：30)

対象：どなたでも

費用：無料

マットの上に立ち

4ポーズを撮影し

(正面・側面・屈位・背面)

「背中の傾向」などを判定します

【参加方法】当日会場へお越しください

【持ち物】運動しやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオルなど



八雲体育館の最新情報はこちら



八雲宮前



参加者募集！(8/15～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」 疲労を抜く、脱力健康体操	9/17 (水) 19：30～21：00	16歳以上	500円	9/8 (月)
Fリーグ選手による ジュニアフットサル体験会	9/22 (月) ①16：00～17：00 ②17：10～18：10 ③18：20～19：20	①4～6歳の未就学児 ②小学1、2年生 ③小学3～6年生	500円	9/13 (土)
やさしいピラティス	10/7～11/4 火曜日 全5回 10：50～11：50	16歳以上	2500円	9/27 (土)

※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。

