



八雲体育館だより

2026年2月号

＼一般公開プログラムのご紹介／

1回 大人 **300円**、65歳以上・高校生以下・障がい者の方 **150円**
予約不要・都度払いなのでお気軽にご参加いただけます！



バドミントン

火 19:00～21:15

対象：中学生以上

定員： 50人

【注意事項】

- ・18:40入場開始です
- ・中学生の利用は**20時**まで
- ・定員に達した場合は整理券をお配りし、順番にご案内します

エアロ&ダンス

第1・3・5土

19:00～20:00

対象：中学生以上



リラックスヨガ

月 12:00～13:00

木 11:15～12:00

土 20:15～21:15

対象

月・木：小学生以上

土：高校生以上



この他にも様々なプログラムがございます
詳しい情報は八雲体育館ホームページ内の教室案内をご覧ください



八雲体育館の最新情報はこちら



八雲宮前



参加者募集！（2/15～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」 まだ筋トレしてますか?? 古武術的筋トレのすすめ	3/18（水） 19:30～21:00	16歳以上	500円	3/9（月）
運動指導員によるお悩み相談	3/27（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 腸内環境を改善させる食事	3/28（土） 14:30～15:30	16歳以上	無料	3/19（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。

八雲体育館 〒152-0023 目黒区八雲1-1-1 めぐろ区民キャンパス内

☎03-5701-2984 FAX: 03-5701-2985 HP: <https://meguro-yakumomiyamae.com/>

