

2024年度
10～12月

秋川体育館教室一覧

参加費

1回

600円

予約不要!

当日参加型プログラム

骨盤コア

託児

対象：16歳以上
定員：20名
場所：第1トレーニング室
期間：10/7～12/23
休講：10/28、12/30
祝日



10:00～10:50

月

ズンバゴールド

託児

対象：16歳以上
定員：20名
場所：第1トレーニング室
期間：10/7～12/23
休講：10/28、12/30
祝日



11:00～11:50

月

はじめてのピラティス

託児

対象：16歳以上
定員：20名
場所：第1トレーニング室
期間：10/7～12/23
休講：10/28、12/30
祝日



12:00～12:50

月

すこやかキッズ体操(幼児)

対象：年中・年長
定員：10名
場所：小体育室
期間：10/7～12/23
休講：10/28、12/30
祝日



16:10～17:00

月

硬式テニス (AM)

対象：16歳以上
定員：20名
場所：大体育室
期間：10/8～12/24
休講：第1・3・5火曜日



9:00～11:00

火

硬式テニス (PM)

対象：16歳以上
定員：20名
場所：大体育室
期間：10/8～12/24
休講：第1・3・5火曜日



19:00～21:00

火

コリオスパイラル

対象：16歳以上
定員：20名
場所：剣道場
期間：10/2～11/27
休講：10/30、祝日、
12月
12～2月は工事の為休講

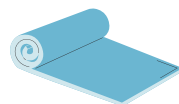


11:05～11:55

水

歪み調整ヨガ

対象：16歳以上
定員：20名
場所：柔道場
期間：10/2～11/27
休講：10/30、祝日、
12月
12～2月は工事の為休講



12:00～12:55

水

高齢者筋トレ

対象：中高年者
定員：20名
場所：剣道場
期間：10/2～11/27
休講：10/30、祝日
12～2月は
第1トレーニング室に移動

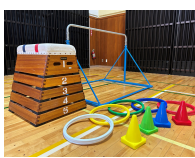


15:00～15:50

水

すこやかキッズ体操(小学生)

対象：小学1～6年生
定員：15名
場所：小体育室
期間：10/10～12/26
休講：10/31、祝日



17:10～18:10

木

ズンバ

対象：16歳以上
定員：20名
場所：第1トレーニング室
期間：10/4～12/27
休講：11/1、祝日



10:00～10:50

金

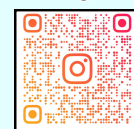
※急遽休講になる場合がございます。

秋川体育館 SNS

ホームページ



Instagram



託児

保育士の資格を持ったスタッフが、
大切にお預かりいたします。

対象：2～3歳 定員：2名程度 場所：保育室
対象教室→骨盤コア、ズンバゴールド、ピラティス
要予約：前日までにお電話にてご連絡ください。

●持ち物 / おまつ・おしり拭き・飲み物・お座りができない子はおんぶ紐
(持ち物にはすべて名前を書いてください。)



1人 600円

●受付方法

当日、教室開始時間前に事務所に
参加費をお支払いください。

●持ち物

運動に適した服装、タオル、蓋つき飲み物
室内シューズ (ヨガ・ピラティスは裸足)



秋川体育館 TEL ☎ 042-559-1163