

花スポ 9月の日程表

日	月	火	水	木	金	土
				1 14:00～(ホール) ピラティス 19:00～ バランスボール	2	3 9:00～ ジュニア チャレンジ 10:00～ 土曜ピラティス 14:00～ エアロビクス
4 事務局 お休み	5	6	7	8 14:00～(ホール) ピラティス 19:00～ バランスボール	9 10:00～ 60歳からの 健康	10 10:00～ 土曜ピラティス 13:30～ キッズ体育 14:00～ エアロビクス 16:00～ キッズサッカー
11 事務局 お休み	12 19:30～ バドミントン	13 19:00～ ヨガ	14 7:00～ トレッキング	15 14:00～(ホール) ピラティス 19:00～ バランスボール	16	17
18 花スポ ワンデー フェスタ	19 事務局 お休み	20	21 9:00～ 大人の ハイキング	22 事務局 お休み	23 10:00～ 60歳からの 健康	24 9:00～ ジュニア チャレンジ 13:30～ キッズ体育 14:00～ エアロビクス 16:00～ キッズサッカー
25 事務局 お休み	26 19:30～ バドミントン	27 19:00～ ヨガ	28	29 14:00～(ホール) ピラティス 19:00～ バランスボール	30	

参加無料です♪
気軽に遊びに
来てください!

※一部有料



花 スポ ワンデーフェスタ 9月18日(日)

★スポーツ体験コーナー・ピラティス・親子でバランスボール・青空ヨガ・エアロビクス など

★プールコーナー 全日無料開放!!

★体組成測定コーナー 体重、体脂肪量、筋肉量や基礎代謝、体水分率など、様々な項目が測定ができます!

★オープンアリーナ 広くて明るい体育館で思いっきり遊ぼう!

この他にもいろんなイベント盛りだくさん♪

長井花のまちスポーツクラブ事務局

〒993-0041 山形県長井市九野本1235-1

長井市置賜生涯学習プラザ内

TEL 0238-87-0187

FAX 0238-87-0178

MAIL hanaspo@e.jan.ne.jp

HP <http://www.nagai-hanaspo.jp>

