

7月～9月

高岡公園体育館

自主事業講座 コース申込期間(第2期)

講座名	回数	開催日時	申込期間
体幹強化ヨガ	全10回	7/1～9/16の毎週水曜日 10:45～12:00	6/17(水)から 7/1(水)まで
ZUMBA®	全6回	7/1～9/16の第1・3水曜日 13:30～14:30	6/17(水)から 7/1(水)まで
腸活骨盤体操	全10回	7/2～9/17の毎週木曜日 10:00～11:00	6/18(木)から 7/2(木)まで
たのしいフラダンス	全6回	7/9～9/24の第2・4木曜日 13:00～14:00	6/25(木)から 7/9(木)まで
運動神経バツグン！ キッズ教室(4歳～8歳)	全10回	7/2～9/17の毎週木曜日 19:00～19:55	6/18(木)から 7/2(木)まで
やさしい気功と太極拳	全10回	7/3～9/18の毎週金曜日 13:30～15:00	6/19(金)から 7/3(金)まで
STRONG NATION®	全6回	7/11～9/19の土曜日 17:30～18:30(月2回)	6/27(土)から 7/11(土)まで

単発チケット購入よりお得に参加できる3か月コースです★（対象は上記講座のみ）

※4月初回講座の開始前まで申し込みできます。（定員に達し次第受付を終了）

※開催日時は変更となる場合があります。

※詳細は下記連絡先へお問い合わせ、もしくはホームページ・Instagramの情報をご確認ください。

【問い合わせ先】

高岡公園体育館

☎TEL：0565-54-0601

指定管理者：ホームックス(株)

《最新情報はここからチェック！》

ホームページ

Instagram



@TAKAOKAKOEN_TAIKUKAN