

2009年 4月からの 熊本県立総合体育館 デイリースポーツ プログラム!

デイリースポーツは
どなたでも、すぐにスタートできる
スポーツプログラムです。
まずは入会・登録を
県立総合体育館中央受付で
お願いします。

[登録料:250円]



デイリースポーツ参加の際は、
各受付の券売機で利用券をお求めください。

お得な回数券、定期券もあります。
ぜひ、ご利用ください。(3施設共通)

- 回数券 4,000円(11回分)
- 定期券 3,500円(31日間有効)

熊本県立総合体育館 TEL.096-356-1233

月

水

木

金

土

アクアダンス
10:00~10:50
参加料:400円

フィットネス
エアロビックダンス
10:30~11:30
参加料:400円

ラフィーラ
9:15~10:15
参加料:400円

アクアダンス
10:00~10:50
参加料:400円

フィットネス
ヨガ・エアロビックダンス
11:00~12:00
参加料:400円

フィットネス
エアロビックダンス
10:30~11:30
参加料:400円

テニスクラブ
10:30~12:00
参加料:400円

ラフィーラ
10:30~11:30
参加料:400円



シニア
健康体操
13:30~14:30
参加料:400円

フィットネス
ピラティス
13:30~14:30
参加料:400円

スイミング
13:30~14:30
参加料:400円

託児サービス
13:00~15:00
参加料:400円

テニス教室
13:30~15:00
参加料:400円

キッズ
スポーツ
14:30~16:00
参加料:300円

シニア
健康体操
13:30~14:30
参加料:400円

フィットネス
エアロビックダンス
13:30~14:30
参加料:400円



フィットネス
コア・リラックス
14:45~15:30
参加料:400円

スイミング
19:00~20:00
参加料:400円

テニスクラブ
13:30~15:00
参加料:400円

テニス教室
13:30~15:00
参加料:400円

フィットネス
ヨガ
20:10~20:55
参加料:400円

ラフィーラ
19:00~20:00
参加料:400円

フィットネス
エアロビックダンス
19:00~20:00
参加料:400円

フィットネス
ピラティス
19:00~20:00
参加料:400円

フィットネス
ボクシングエクササイズ又は
筋力コンディショニング
19:00~20:00
参加料:400円