

# KSPA スポーツプログラム

好きなスポーツプログラムを、いつでも誰もが参加出来る、通年型スポーツ教室です。

## 令和4年度

# 熊本県立総合体育館



月	水	木	金	土
<b>KSPA・ミズノアクア</b> 10:10~11:00 500円	フリープログラム 10:00~10:50 500円	ラフィーラ体操 9:30~10:20 500円	ピラティス 9:30~10:20 500円	ヨガ 10:00~10:50 500円
ヨガ 10:30~11:20 500円	フラダンス 11:15~12:05 500円	10:30~12:00 500円	<b>KSPA・ミズノアクア</b> 10:10~11:00 500円	フリープログラム 11:15~12:05 500円
テニス (初心) 13:00~14:00 500円	ピラティス 13:30~14:20 500円	<b>スイミング                      (クロール)</b> 13:30~14:30 500円	ラフィーラ体操 10:45~11:35 500円	
筋トレ&ポールストレッチ 13:30~14:20 500円	キッズスポーツ 15:00~16:00 400円	ヨガ 13:30~14:20 500円	フリープログラム 13:30~14:20 500円	
エアロビックダンス 19:00~19:40 500円	ヨガ 19:00~19:50 500円	エアロビックダンス 19:00~19:40 500円		
ヨガ 20:10~20:50 500円		ZUMBA 20:10~20:50 500円		

- ◆初回は入会・登録(登録料 250 円)をお願いします。
- ◆キッズスポーツの対象年齢は、3 歳から就学前幼児です。  
その他のスポーツプログラムの対象年齢は、高校生以上です。
- ◆託児サービスは、2 歳から就学前の幼児が対象で、事前予約が必要です。  
託児サービス料金は、500 円(1 人 1 回)です。詳しくはホームページをご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

-  スタジオプログラム
-  プールプログラム
-  テニスプログラム
-  キッズプログラム
-  託児サービス対象プログラム
-  新型コロナウイルス感染拡大防止の為に  
当面の間中止。

〔お問い合わせ〕

熊本県立総合体育館

TEL. 096-356-1233