

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8年度

# 熊本県民総合運動公園



月	水	木	金	土
<p><b>KSPA・ミズノアクア</b> (隔週) 10:30~11:20 600円</p>	<p><b>ヨガ</b> 10:30~11:20 600円</p>	<p><b>KSPA・ミズノアクア</b> (隔週) 10:30~11:20 600円</p>	<p><b>エアロビックダンス</b> 10:00~10:50 600円</p>	<p><b>フリープログラム</b> 10:30~11:20 600円</p>
<p><b>Ree JAM</b> 11:30~12:20 600円</p>	<p><b>エアロビックダンス</b> 11:30~12:20 600円</p>	<p><b>テニス</b> (初心) 10:30~11:30 600円</p>	<p><b>フラダンス</b> 11:00~11:50 600円</p>	
<p><b>ピラティス</b> 13:00~13:50 600円</p>	<p><b>テニスクラブ</b> (初級) 13:00~15:00 600円</p>	<p><b>ZUMBA</b> 10:00~10:50 600円</p>	<p><b>フリープログラム</b> 13:30~14:20 600円</p>	
<p><b>テニス</b> (初級) 14:00~15:00 600円</p>	<p><b>ハートフルスイミング</b> 13:30~14:30 300円</p>	<p><b>ヨガ</b> 11:00~11:50 600円</p>		
	<p><b>ZUMBA</b> 19:00~19:50 600円</p>	<p><b>スイミング</b> (初心・初級) 13:30~14:30 600円</p>		
		<p><b>テニス</b> (初級) 14:00~15:00 600円</p>		
			<p><b>エアロビックダンス</b> 19:00~19:50 600円</p>	

◆スポーツプログラムの対象年齢は、高校生以上です。  
◆プログラムは全て、パークドーム熊本で開催します。

 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

〔お問い合わせ〕

**パークドーム熊本**

**TEL. 096-388-2180**