



春のNBG運動教室 ご案内



4/19発行「あきは区役所だより」に掲載！

教室名	対象 / 募集定員	曜日	時間	回数 (無料会合)	日 ち	受講料	講師	備考	申込開始
たのしい ヨガ教室	18歳以上高校生不可 25名程度	火	9:30-10:30 (60分)	全12回	4/7 4/14 4/21 4/28 5/12 5/19 5/26 6/2 6/9 6/16 6/23 6/30	7200円 (一括払)	キラナヨガスタジオ 井島先生他		<div style="font-size: 2em; font-weight: bold;">4/20</div> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold;">9:30</div> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold;">から</div>
おすすぬ! たのしいはつらつ 健康教室	主に60歳以上の 軽運動可能な方 10名程度	火	14:00-15:00 (60分)	全8回	5/12 5/19 5/26 6/2 6/9 6/16 6/23 6/30	500円 (1回毎)	当館職員	高齢者の方の自律と自立を支援する 筋トレ・ウォーキング・脳トレ・骨トレ・ リズムトレーニング・体力測定・ スポーツレクリエーション ※始めてご参加される方は 74歳までとさせていただきます	
注目! NBG春の 体力測定会	主に60歳以上の 軽運動可能な方 10名程度	火	14:00-15:00 (60分)	全1回	6/30	無料			
大人気! たのしい スポレク教室	楽しく身体を動かしたい 小学3年生-中学1年生 10名程度	火	17:30-18:30 (60分)	全4回	5/19 6/2 6/16 6/30	500円 (1回毎)		スポーツの基本動作に着目した コーディネーショントレーニング 体力測定	
やってみよう! たのしいキッズ スポレク教室	楽しく身体を動かしたい 小学1-4年生 10名程度	火	17:30-18:20 (50分)	全4回	5/12 5/26 6/9 6/23	500円 (1回毎)		リズムトレーニング スポーツレクリエーション	

※ お客様のご都合で欠席された分の受講料は返金出来ませんのでご了承ください。

※ 人数が少ない場合や感染症などの社会情勢の変化で予定が変更・中止になる場合がございます。

※ 会場内での水分補給は蓋のできるものでお願いいたします。また会場の床が濡れないようお願いいたします。

※ 詳細やご興味のある方は当館までお気軽にお問合せください。



～お申込み・お問合せ～

新津B&G海洋センター

〒956-0802 新潟市秋葉区七日町2186-9

☎ 0250-23-4800



AM9時からPM10時迄(休館日を除く)

HP <https://nbgkyc.com/>