

枇杷島スポーツセンター施設だより

3月号

教室

～第1期定期スポーツ教室 受講者募集中～

軽スポーツ教室、小学生水泳、ベビースイミング、
美姿勢ストレッチ、はじめてのピラティス
姿勢・体幹づくり、棒びくす、ZUMBA□
教室を開催します。
往復はがきまたは、事務所窓口(はがき持参)
インターネット「名古屋市電子申請サービス」で
お申し込みください。

実技・講和講習を開催します。

3月5日(水) 13:30～14:30

3月6日(木) 14:30～15:30

膝と腰を守る姿勢の正しい方・歩き方

3月12日・19日(水) 13:30～14:45

股関節のメカニズムと運動

火朝レッスнтаイム

11日、18日、25日 火曜日

①エアロレッスнтаイム 9:30～10:30

②バランスボールストレッチ

&フレッシュビクスレッスнтаイム

10:50～11:50

各部の開始20分前から受付を開始します。

①定員60名②定員40名(先着順) 1回300円

中学生以上(中学生は学校休業日に限る)

にしっこひろば「もこもこ」

12日、19日 水曜日

10:00～11:30

(時間内ならいつでも受付します)

対象: 未就園児とその保護者

参加料: 無料

ヨガレッスнтаイム

14日 金曜日

19:10～20:00

開始20分前から受付します。

定員30名(先着順) 1回300円

対象 中学生以上(中学生は保護者同伴)

ZUMBA□

13日 木曜日

19:55～20:55

開始20分前から受付を開始します。

定員50名(先着順) 1回300円

中学生以上(中学生は保護者同伴)

名古屋市枇杷島スポーツセンター

〒451-0053

名古屋市西区枇杷島1丁目1番2号

☎052-532-4121

☎052-522-8520



3月の休館日

7日・21日(金)

【指定管理者】

(公財) 名古屋市教育スポーツ協会

<https://www.nespa.or.jp/>

