公益財団法人宮津市民実践活動センター（宮津市民体育館）TEL２５－１６３０

第１３５号　２０２４年４月

令和６年度 スポーツ教室のご案内

◆ ◆ ◆ スポーツ教室 ◆ ◆ ◆

教室名	日程	曜日	時間	会場	参加料	定員
ヨ　　ガ	4/26 5/10.17.24.31 6/7.14.21	金	10:00～10:50	市民体育館 剣　道　場	4,000 円	20 人
ピラティス	4/23.30 5/7.14.21.28 6/4.11	火	10:00～11:00	市民体育館 剣　道　場	4,000 円	20 人
卓球（初級）	4/30 5/7.21.28 6/4.11.18.25	火	14:00～15:30	市民体育館 多目的練習場	4,000 円	10 人
卓球（中～上級）	4/25 5/9.16.23.30 6/13.20.27	木	19:30～21:00	市民体育館 多目的練習場	4,000 円	10 人

※ヨガ教室については、ヨガブロックをご持参ください。（一部貸出あります。）

《 申　込　方　法 》

・申込開始は、４月１３日（土）午前９時からです。

・市民体育館窓口で、所定の申込用紙に必要事項を記入し、参加料を添えてお申込みください。
（各教室とも定員になり次第締め切らせていただきます。）

◆ ◆ ◆ 体　験　会 ◆ ◆ ◆

教室名	日程	曜日	時間	会場	参加料	対象
卓球体験会	4/11.18.25 5/2.9.16.23.30 6/6.13.20.27	木	18:00～21:00	市民体育館 アリーナ	500 円 （卓球台１台当たり）	小学生以上
	4/12.19.26 5/10.17.24.31 6/7.14.21.28	金	13:30～16:30	市民体育館 多目的練習症		

※２人以上でお申込みください。　※小学生は保護者同伴で参加してください。

◆　◆　◆　トレーニング講習会　◆　◆　◆

内　　容：トレーニング機器の使用方法についての講習会
申込方法：随時（予約制）
参加を希望される方は、市民体育館（２５－１６３０）までお問い合わせください。

公益財団法人宮津市民実践活動センター公式ＬＩＮＥ@アカウント　友達募集中

友達登録いただくと、スポーツ教室の募集案内、日程変更等
お知らせします！

　その他には、当センター事業、コンサート、みやづシネマ劇場、カルチャー教室ほか、また、各管理施設でのイベント情報等を配信します。
　ぜひ、お友達登録をお願いします。

【ＬＩＮＥ登録方法】
右の QR コードで LINE の友だちを追加
または、スマホＬＩＮＥアプリ「ホーム」「友達追加＋」
「検索」ID@900pjoqx から登録ができます。
公式ホームページ　https://miyazu-jissen.com