



1	水	ヨガ教室(水曜クラス)：体験可能
2	木	
3	金	フラダンス教室：無料体験実施中
4	土	
5	日	
6	月	ヨガ教室(月曜クラス)：体験可能
7	火	
8	水	ヨガ教室(水曜クラス)：体験可能
9	木	
10	金	
11	土	①「開放DAY」種目：卓球・バドミントン
12	日	
13	月	オータム・チャレンジ・スポーツ2025 「卓球の無料開放DAY」開催 (スポーツの日)
14	火	※休館日
15	水	ヨガ教室(水曜クラス)：体験可能
16	木	
17	金	フラダンス教室：無料体験実施中
18	土	②「開放DAY」種目：卓球・バドミントン
19	日	
20	月	ヨガ教室(月曜クラス)：体験可能
21	火	
22	水	ヨガ教室(水曜クラス)：体験可能
23	木	
24	金	フラダンス教室：無料体験実施中
25	土	③「開放DAY」種目：卓球・バドミントン
26	日	
27	月	ヨガ教室(月曜クラス)：体験可能
28	火	
29	水	ヨガ教室(水曜クラス)：体験可能
30	木	
31	金	

2025年10月13日(月)「スポーツの日」 「オータムチャレンジ」のご案内

卓球の「無料開放DAY」となります。

■受付方法
①事前抽選申込 必要
10月5日(日)までに窓口かお電話でお申し込みください。
10月6日(月)に当選者へご連絡します。
②当日受付：空きがあれば、当日も受付(先着順)



■時間(各回1時間40分)
①9:30～11:10 ②11:20～13:00 ③13:10～14:50 ④15:00～16:40

■料金
どなたも無料
※中学生未満の方は、必ず保護者(成人以上)付添い必要。

■競技種目と詳細
種目：卓球 台数：5台 利用人数：2名～6名 場所：第2体育場
※ラケットは4本まで、ピン球は2個まで無料の貸出しがあります。
※ご利用時は室内用シューズが必要です。

ヨガ教室(月曜・水曜)

未経験・初心者の方も
安心してご参加いただけます！

- お一人様1回限り 有料体験可能(¥1,000)
※事前申込必要(窓口・電話可)
- 開催日：月曜クラス 13:50～14:50
水曜クラス 9:10～10:10
- 対象：16歳以上の方
- 持ち物：動きやすい服・タオル・飲み物
- 料金(2ヵ月8回)：月曜クラス 8,600円
水曜クラス 8,600円

フラダンス教室 無料体験キャンペーン中

- お一人様1回限り 体験可能
※事前申込必要(窓口・電話可)
- 開催日時：金曜日12:30～13:30
10月3日、17日、24日※月3回開催
- 対象：16歳以上の方
- 持ち物：上履き、タオル、飲み物



～ ご不明な点がございましたら、お気軽に施設にお問い合わせください ～