

前期スポーツ教室

申込受付 5/11 (木) ~17 (水) まで
専用の申込フォームからお申込みください。

硬式テニス教室



テニス初心者の方から中級者の方まで、レベルに応じて指導します！

ピラティス教室



身体の歪みからくるストレスの軽減や肩こり、腰痛などの予防改善に！

シェイプエアロ教室



※7月と8月の会場のみ浅井文化ホールになります。

曲に合わせて動いて筋力アップや新陳代謝を高めてシェイプアップを図ります！

リラックスヨガ教室



呼吸と身体の動きを合わせて、バランス力の向上や心身のリフレッシュに！

詳細	硬式テニス	ピラティス	シェイプエアロ	リラックスヨガ
期間・回数	5/28~7/23 (全8回)	5/23~9/5 (全15回)	5/24~9/13 (全15回)	5/25~8/31 (全15回)
時間・曜日	10:00~11:30 (日曜日)	19:30~20:30 (火曜日)	19:00~20:00 (水曜日)	19:30~20:30 (木曜日)
定員(先着)	15人	20人	20人	20人
受講料	税込7,500円(保険料込)	税込12,500円(保険料込)	税込12,500円(保険料込)	税込12,500円(保険料込)
講師	坂 佳則(さか よしのり)	藤田 美澄(ふじた みすみ)	河村 和美(かわむら かずみ)	河村 和美(かわむら かずみ)

※自己都合で参加されない場合は、受講料の返金はいたしませんのでご了承ください。

(公財)長浜文化スポーツ振興事業団
長浜市浅井B & G海洋センター

長浜 文スポ 検索

〒526-0251
長浜市大依町15
(休館日：月曜日)



お申込みは
こちらから！

申込フォーム



浅井B&G
イベント情報

