

碑文谷NEWS

9月15日から9月号

教室募集を再開します！

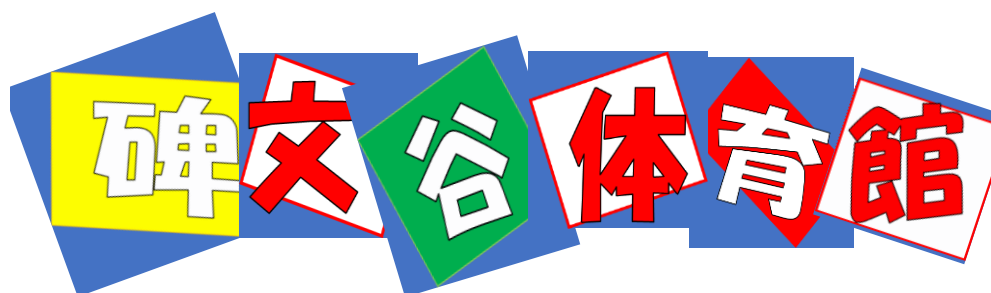
ヒップホップダンス・キッズコーディネーション・
ZUMBA・女性のためのピラティス・スタンダードヨガ・
キッズノポップダンス

幼児体操（月曜日）（木曜日）・シニア向け椅子ヨガ・
シェイプアップヨガ・美尻ヒップメイク・
バレエコンディショニング（詳しくは裏へ）

9月 一般公開プログラム

種目	曜日	時間	対象	活動日
音楽体操	火	10:00~11:30	高校生以上	1・8・15・29
剣道	火	①15:40~16:40 ②16:40~18:40	① 5歳以上未経験者、初心者 ② 5歳以上経験者、初級者 ~未就学児は保護者同伴~	1・8・15・29
卓球	水	9:00~11:30	小学生以上	2・9・16・23・30
トリム体操	木	13:00~15:10	小学生以上	3・10・17・24
障害のあるかたの スポーツ広場	第1・3金	13:20~15:20	障害のあるかた	18
剣道	金	①15:40~16:40 ②16:40~18:40	① 5歳以上未経験者、初心者 ② 5歳以上経験者、初級者 ~未就学児は保護者同伴~	11・18・25
ノルディックウォーキング	土	9:30~11:00	小学生以上	5・12・19・26

その他の種目は再開に向けて調整中です



〒152-0003
目黒区碑文谷6-12-43
TEL 03-3760-1941
FAX 03-3760-1943

9月15日より募集開始です！

ヒップホップダンス教室 **談**
10/23～12/18 (11/13は休み)
①16:00-17:00 小学1,2,3年生 20名
②17:15-18:30 小学4年生以上 10名

キッズJホップダンス教室 **談**
11/10～12/22
①16:00-16:50 5,6歳児 15名
②17:00-18:00 小学1,2年生 15名

**キッズコーディネーション
～運動神経UP～** **談**
10/28～12/16
13:30-14:30 4歳と保護者 15組

**キッズコーディネーション
～運動神経UP～** **談**
10/28～12/16
14:45-15:30 5,6歳 20名
16:00-16:45 小学1,2年生 20名

幼児体操 (月曜・木曜)
11/9～・11/5～
談 2歳児と保護者 10組
3歳児と保護者 10組

①シニア向け椅子ヨガ
②シェイプアップヨガ **談**
11/10～12/22
①10:00-11:00 60歳以上 15名
②11:30-12:30 20歳以上 15名

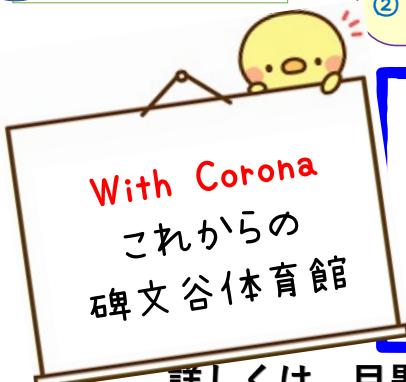
会 ①美尻ヒップメイク
②バレエコンディショニング
11/6～12/18 (11/13はお休み)
①16:00-17:00 20歳以上 15名
②17:30-18:30 20歳以上 15名

会 ZUMBA
10/30～12/25
(11/13は休み)
20:00-20:50 18歳以上 15名

談 談話室開催
会 会議室開催

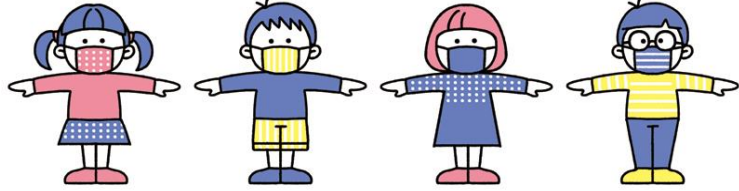
会 女性のためピラティス
11/6～12/4
①9:30-10:20 18歳以上 15名
②10:50-11:40 18歳以上 15名

会 スタンダードヨガ
11/10～12/22
①9:00-10:00 18歳以上 15名
②10:20-11:20 18歳以上 15名



【一般公開開催について】
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
なぎなた・バレーボール・バスケットボールにおいては
再開のめどは立っておりません。

詳しくは、目黒区HP・めぐろスポーツNEWS
碑文谷オフィシャルHPなどをご覧ください



オフィシャルホームページ