

9月22日 現在

第2期フィットネス教室

開催期間変更のお知らせ

コロナウイルス感染症対策に伴う臨時休館のため
第2期フィットネス教室の開催期間が変更となりました。

第2期予定：8月23日(月)～10月22日(金)

再開後：9月27日(月)～10月29日(金)

※ 中止となりました教室分は後日返金いたします。

※ 詳細は、日程表をご確認ください。

第3期教室の継続受付(第2期参加者対象)を9月13日(月)
より電話にて行います。

新規受付は、10月2日(土)となります。

新型コロナウイルス感染状況により、休館措置期間が延長
された場合は、教室開催が変更となりますのでホームページ
またはお電話で、随時ご確認をお願いします。

盛岡市立総合プール

〒020-0866 盛岡市本宮5丁目3-1

電話：019-634-0450

受付時間：10:00～20:00

休館日：第3火曜日

令和3年度 盛岡市立総合プール

第2期 フィットネス教室

月	火	水	木	金
美姿勢コンディショニング 中田 幸恵 10:00 ~10:50 対象:18歳以上 定員:18名 全5回 3,575円 9/27、10/4、11、18、25	ピラティス 佐藤 智子 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:18名 全4回 2,860円 9/28、10/5、12、26	歩くエアロビクス 中田 幸恵 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:16名 全4回 2,860円 9/29、10/6、13、20	あさいちピラティス 田中 真澄 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:18名 全5回 3,575円 9/30、10/7、14、21、28	リラックスヨガ I 高橋 美香 裸足 10:00 ~11:00 対象:18歳以上 定員:15名 全5回 3,575円 10/1、8、15、22、29
トータルフィットネス 中田 幸恵 11:00 ~12:00 対象:18歳以上 定員:16名 全5回 3,575円 9/27、10/4、11、18、25	ポルドブラ 佐藤 智子 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:16名 全4回 2,860円 9/28、10/5、12、26	コアシェイプ 中田 幸恵 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:18名 全4回 2,860円 9/29、10/6、13、20	かんたんエアロビクス NAOMI 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:16名 全5回 3,575円 9/30、10/7、14、21、28	リラックスヨガ II 高橋 美香 裸足 11:15 ~12:15 対象:18歳以上 定員:15名 全5回 3,575円 10/1、8、15、22、29
	親子体育あそび 岩淵 みどり 15:00 ~16:00 対象:令和3年度3、4歳 定員:8組 全4回 3,300円 9/28、10/5、12、26	リラックスヨガ 高橋 美香 裸足 14:00 ~15:00 対象:18歳以上 定員:15名 全5回 3,575円 9/29、10/6、13、20、27		
★ キッズ体育 田村 雄孝 15:30 ~16:15 対象:令和3年度5、6歳 定員:12名 全5回 3,575円 9/27、10/4、11、18、25	★ キッズ体育 駒谷 善吾 16:15 ~17:00 対象:令和3年度5、6歳 定員:12名 全4回 2,860円 9/28、10/5、12、26	ジュニアヒップホップ ★ 坂本 美南 16:30 ~17:15 対象:令和3年度6歳~小4 定員:16名 全5回 3,575円 9/29、10/6、13、20、27	★ キッズ体育 駒谷 善吾 15:30 ~16:15 対象:令和3年度4、5歳 定員:12名 全5回 3,575円 9/30、10/7、14、21、28	★ キッズ体育 駒谷 善吾 15:30 ~16:15 対象:令和3年度5、6歳 定員:12名 全5回 3,575円 10/1、8、15、22、29
★ ジュニア体育 田村 雄孝 16:30 ~17:30 対象:1、2年生 定員:12名 全5回 4,125円 9/27、10/4、11、18、25	★ ジュニアダンス 高橋 美保 17:45 ~18:45 対象:小学生 定員:16名 全3回 2,475円 9/28、10/5、26	 プールサイドにて開催	ジュニアトランポリン 駒谷 善吾 16:45 ~17:45 対象:1~3年生 定員:10名 全5回 4,125円 9/30、10/7、14、21、28	★ ジュニア体育 駒谷 善吾 16:30 ~17:30 対象:1、2年生 定員:12名 全5回 4,125円 10/1、8、15、22、29
	ズンバ 高橋 美保 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:16名 全3回 2,145円 9/28、10/5、26	ナイトヨガ NAOMI 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全5回 3,575円 9/29、10/6、13、20、27	ナイトピラティス 佐藤 智子 19:15 ~20:15 対象:16歳以上 定員:18名 全5回 3,575円 9/30、10/7、14、21、28	ステップエクササイズ 高橋 美保 19:00 ~20:00 対象:16歳以上 定員:16名 全5回 3,575円 10/1、8、15、22、29

内履き使用教室

- 欠席・振替・体験の受付は9/20(月)から開始いたします。
- お一人一回に限り、無料で体験できます。参加希望日の前日までにご予約下さい。