8月申し込み開始 スポーツ教室一覧

詳細はこちらから！

一般対象教室　シニア対象教室　親子対象教室　ジュニア対象教室

十六沼公園/誠電社WINDYスタジアム(信夫ケ丘競技場)
NCVふくしまパークゴルフ場開催スポーツ教室

一般対象教室

ゆがみ改善ストレッチ　全8回
日程　9/2(火)・9(火)・16(火)・30(火)
　　10/7(火)・14(火)・21(火)・28(火)
時間　10:00 ～ 11:30
場所　NCVふくしまアリーナ
対象　18歳以上
定員　30名　　受講料　5,000円
講師　健康運動指導士 佐藤 雪絵 先生
受付期間　8月4日(月) ～ 6日(水)

ボクシングエクササイズ　全8回
日程　9/2(火)・9(火)・16(火)・30(火)
　　10/7(火)・14(火)・21(火)・28(火)
時間　19:00 ～ 20:30
場所　NCVふくしまアリーナ
対象　18歳以上
定員　30名　　受講料　5,000円
講師　野宮フィットネスボクシング 松浦 武暖 先生
受付期間　8月4日(月) ～ 6日(水)

ふれあい体験乗馬　全2回
日程　9/11(木)・12(金)
時間　9:00 ～ 11:30
場所　JRA福島競馬場
対象　18歳～おおむね45歳
定員　10名　　受講料　1,000円
講師　JRA福島競馬場職員
受付期間　8月11日(月) ～ 13日(水)

ウェーブストレッチリング　全6回
日程　9/11(木)・18(木)・25(木)
　　10/2(木)・9(木)・16(木)
時間　10:00 ～ 11:30
場所　NCVふくしまアリーナ
対象　18歳以上
定員　30名　　受講料　4,000円
講師　YAGOメディカルフィットネスクラブ 三瓶 好 先生
受付期間　8月18日(月) ～ 20日(水)

卓球　全6回
日程　9/30(火)
　　10/7(火)・14(火)・21(火)・28(火)
　　11/4(火)
時間　10:00 ～ 11:30
場所　NCVふくしまアリーナ
対象　18歳以上
定員　40名　　受講料　4,000円
講師　福島市卓球協会
受付期間　8/25(月) ～ 27(水)

シニア対象教室

シニアボッチャⅡ　全4回
日程　9/1(月)・8(月)・22(月)・29(月)
時間　10:00 ～ 12:00
場所　NCVふくしまアリーナ
対象　60歳以上
定員　18名　受講料　3,000円
講師　福島市市民ボッチャ協会
　　会長 山田 達男 先生
受付期間　8月4日(月) ～ 6日(水)

健康リフレッシュ　全6回
日程　9/11(木)・18(木)・25(木)
　　10/2(木)・9(木)・16(木)
時間　10:30 ～ 11:45
場所　NCVふくしまアリーナ
対象　60歳以上
定員　20名　受講料　4,000円
講師　波恵ダンス
受付期間　8月11日(月) ～ 13日(水)