



リュシオスポーツアカデミー



受 講 生 募 集

英語でボールあそび教室

2月5日(日)
13:00~14:30 ほたるドーム



パット先生とボールあそびをしながら少しずつ英語にふれあいます。(対象：年中から小学3年生まで)

申込み締切り2/3(金)

ジュニアフットサル

2月24日(金)
18:30~20:30 ほたるドーム

フットサルのゲームを楽しみながらサッカーの上達に役立てます。お父さんもご一緒にどうぞ！(小学生以上)

申込み締切り2/20(月)



チャレンジ！スポーツ広場『バウンドテニス』

2月12日(日)
13:00~14:30 社会体育館

テニスコート約1/6のサイズで、短いラケットを使用します。お子さんや高齢者の方でも扱いやすく、初心者でも気軽にテニスの感覚を味わえます。(小学生以上)※ラケットは貸し出します。

申込み締切り2/6(月)



大人の運動教室『タオル体操・ストレッチ』

2月19日(日)
13:00~14:30 老人福祉センター



タオルを使うので力の弱い高齢者の方でも簡単に目的の筋肉をストレッチすることができます。座ったままで行いますので、冬場の体づくりにおすすめです。(※てぬぐいタオルを持参してください。)

申込み締切り2/13(月)

リンパ体操

2月1日(水)、2月15日(水)
13:30~15:00 老人福祉センター

少しずつ身体を動かしながら、体内のリンパの流れを整えます。ヨガマットか大きなバスタオル、飲み物を持参してください。

※はじめて参加される場合は事前に下記へご連絡ください。



おとなのバドミントン

2月11日(土)、2月25日(土)
19:00~21:00 社会体育館

運動不足の解消や仕事のストレス発散にバドミントンはいかがですか？(中学生以上)

申込みは各開催日の1週間前まで



お申し込みは **NPO法人リュシオスポーツクラブ**
TEL 0266-75-5103 FAX 0266-75-5107

