



🌸ピラティス (玉城総合体育館サブコート)		🌸ゆっくりヨガ (玉城総合体育館サブコート)		🌸ひざ痛改善体操 (玉城総合体育館サブコート)	
《月曜日》9:45~10:45		《月曜日》11:00~12:00		《水曜日》14:00~15:00	
1月	15日 22日 29日	1月	15日 22日 29日	1月	10日 17日 24日 31日
2月	5日 19日 26日	2月	5日 19日 26日	2月	14日 21日 28日
3月	4日 11日 18日	3月	4日 11日 18日 25日	3月	6日

🌸キッズ空手教室 (玉城総合体育館サブコート)		🌸空手教室 (玉城総合体育館サブコート)		🌸呼吸と動き流れるヨガ (玉城総合体育館サブコート)	
《月曜日》17:30~18:30		《月曜日》19:00~20:00		《金曜日》19:00~20:00	
1月	15日 29日	1月	15日 29日	1月	12日 19日 26日
2月	5日 19日	2月	5日 19日	2月	2日 9日 16日
3月	4日 11日	3月	4日 11日	3月	1日 8日 15日 22日

🌸子供バレエ (玉城総合体育館サブコート)		🌸大人バレエ (玉城総合体育館サブコート)		NEW 🌸からだあそび教室 (玉城総合体育館サブコート)	
《水曜日》17:30~18:20		《水曜日》19:00~20:00		《土曜日》17:30~18:45	
1月	10日 17日 31日	1月	10日 17日 31日	1月	20日 27日
2月	7日 14日 21日 28日	2月	7日 14日 21日 28日	2月	17日 24日
3月	6日 13日 27日	3月	6日 13日 27日	3月	2日 9日 16日 23日

※赤文字は無料体験会の日です。料金は発生しません。(ピラティスの無料体験会はございません)

※申込場所は、南城市陸上競技場のみです。玉城総合体育館での申込はできませんのでお気を付けてください