

9月20日(月・祝)敬老の日 祝日タイムスケジュール

時間	プログラム	担当
10:00～10:45	やさしいヨガ	西田 美千代
11:30～12:15	ボディパンプ45	佐藤 亜希
13:00～13:45	ボディジャム45	小林 由佳
14:30～15:15	ボディコンバット45	佐藤 亜希

【申込方法】

- ・9月13日(月)10:00～お電話にて受付いたします。
- ・優先入場(5枠) または通常入場をお選びください。

【料金】

- ・550円(税込)
- ・優先入場料 100円(税込)

【支払方法】

- ・当日9:15から体育館窓口にて受付いたします。

【入場方法】

- ・各プログラム開始時間10分前から優先→通常の順番でご案内いたします。

【優先入場について】

- ・ご希望のプログラムに優先して入場ができる有料サービスです。

☆当日、入金のために早く来館することなく入場することが可能です。

【秋葉区総合体育館 TEL:0250-25-2400】

新潟市秋葉区総合体育館

9月23日(木・祝)秋分の日 祝日タイムスケジュール

時間	プログラム	担当
10:00～11:00	コアクロス／カーディオクロス ※10:30～10:45は換気と 休憩時間となります。	宮崎 寛美
11:30～12:15	ボディパンプ45	佐藤 亜希
13:00～13:45	ボディバランス45	片山 智子
14:30～15:15	ボディコンバット45	佐藤 亜希

【申込方法】

- ・9月16日(木)10:00～お電話にて受付いたします。
- ・優先入場(5枠) または通常入場をお選びください。

【料金】

- ・550円(税込)
- ・優先入場料 100円(税込)

【支払方法】

- ・当日9:15から体育館窓口にて受付いたします。

【入場方法】

- ・各プログラム開始時間10分前から優先→通常の順番でご案内いたします。

【優先入場について】

- ・ご希望のプログラムに優先して入場ができる有料サービスです。
- ☆当日、入金のために早く来館することなく入場することが可能です。

【秋葉区総合体育館 TEL:0250-25-2400】

新潟市秋葉区総合体育館