

みずとびあ藤岡 定期教室

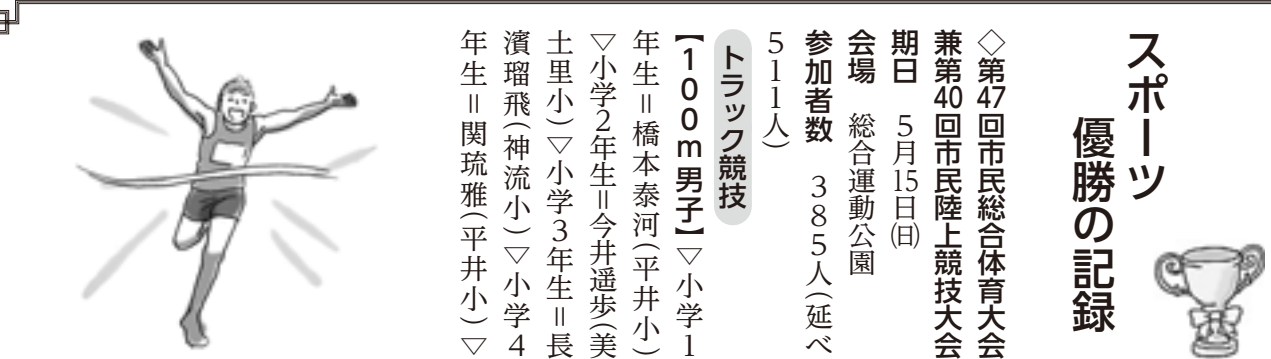
教室時間 1時間(短い教室もあります)
 開催日程 一般コース全8回
 ()内は長期コースの期間・回数
 月曜日 9月5日~10月31日
 (~平成29年3月27日・全24回)
 泳力向上教室・長期Aは10月3日から全20回
 水曜日 8月31日~10月19日
 (~平成29年3月22日・全24回)
 泳力向上教室・長期Bは9月28日から全20回
 木曜日 9月8日~10月27日
 (~平成29年3月16日・全22回)

	内 容	開始時間	参加料
プール教室	月曜	大人水泳教室・中級A	午前11時 1,030円
		大人水中健康教室	午後2時 1,030円
		大人水泳教室・初級	午後3時 1,030円
		アクアビクス	午後7時 2,060円
	水曜	泳力向上教室・長期A	午後1時 4,110円
		大人水泳教室・初級	午前11時 1,030円
		アクアビクス	午後1時 2,060円
		らくらくマスターズ・上級	午後3時 2,570円
	木曜	アクアビクス	午後7時 2,060円
		泳力向上教室・長期B	午後2時 4,110円
		大人水中健康教室	午前11時 1,030円
		大人水泳教室・中級B	午後2時 1,030円
金曜	大人水泳教室・中級A	午後3時 1,030円	
	大人水泳教室・中級A	午後7時 1,030円	
	大人水泳教室・わかばA・B	午前11時 各1,030円	
	大人水中健康教室	午後1時 1,030円	
土曜	大人水泳教室・中級B	午後2時 1,030円	
	大人水泳教室・初級	午後7時 1,030円	
	介護者休息プログラム (障がいのある人を介護している人)	午後3時 1,030円/回	
	小学生水泳教室・わかば	午前10時30分 1,030円	
日	小学生水泳教室・初級	午前11時30分 1,030円	
	幼児水泳教室・A・B	午後3時 各2,060円	
	大人水泳教室・上級	午後7時 1,030円	
	幼児水泳教室(年少児~年長児)	午前10時30分 2,060円	
キッズフロア教室	月	キッズスポーツ(小学1~3年生)	午後5時 2,570円
	水曜	幼児リズムダンス(4歳~年長児)	午後4時 2,570円
	木曜	キッズバレエ・長期(小学生) ※練習用シューズが別途必要	午後5時 8,020円
	金	キッズダンス(年中児~小学2年生)	午後5時 2,570円
フロア教室	月曜	ジュニアHIPHOP (小学2~6年生)	午後6時 2,570円
		キッズフラダンス(年長児~中学生)	午後5時 2,570円
		体力向上体操	午前10時15分(45分間) 1,540円
		ZUMBA GOLD	正午 3,090円
		フラダンス	午後1時 3,090円
		ストレッチ健康体操	午後2時 2,060円

運動 Exercise

金曜日 9月2日~10月21日
 (~平成29年3月31日・全26回)
 土曜日 9月3日~10月22日
 日曜日 9月4日~10月23日
 ※介護者休息プログラムは9月2日、10月7日の2回
対 象 18歳以上(一部子ども向け)
料 金 参加料のほかに施設利用料が掛かります
申し込み 事務室前ロビーで午前9時から受け付け開始
 ○プール・キッズフロア教室は8月22日(月)~
 ○フロア教室は23日(火)~
問い合わせ みずとびあ藤岡(☎0977)

	内 容	開始時間	参加料	
月曜	初級エアロビクス・長期	午前11時	6,170円	
		午後4時	9,260円	
		午前10時15分(45分間)	1,540円	
		午後11時	2,060円	
	水曜	ZUMBA GOLD	正午	3,090円
		脂肪燃焼エアロビクス	午後1時	2,060円
		ストレッチ健康体操	午後2時	2,060円
		やさしいヨガ	午後3時	3,090円
	木曜	ヨガ	午後7時30分	3,090円
		脂肪燃焼エアロビクス・長期	午後6時30分	6,170円
		ストレッチ健康体操	午前10時15分(45分間)	1,540円
		腰痛・肩こり改善体操	午前11時	2,060円
土曜	ヨガ	午後2時	3,090円	
	ヨガレッチ	午後3時	3,090円	
	エアロビクス	午後7時	2,060円	
	エアロビクス・長期	午後1時	5,660円	
日曜	ストレッチ健康体操・長期	午後4時	5,660円	
	ヨガ	午前10時15分(45分間)	2,060円	
	ストレッチ健康体操	午前11時	2,060円	
	初級エアロビクス	午後1時	2,060円	
キッズフロア教室	フラダンス	午後4時	3,090円	
	初級エアロビクス	午後6時30分	2,060円	
	ダイエットエアロ	午後7時30分	2,570円	
	腰痛・肩こり改善体操・長期	午後2時	6,690円	
土曜	ステップエアロ	午前10時30分	3,090円	
	初級エアロビクスサーキット	午前11時30分	2,570円	
	ZUMBA センタオ	午後0時30分(45分間)	2,590円	
	BOKWA~ボクワ	午後1時15分(45分間)	2,260円	
日曜	ZUMBA	午後2時	3,090円	
	バランスボール	午後3時	3,090円	
	姿勢改善エクササイズ	午後4時	2,570円	
	フィジカルトレーニング	午後5時	3,090円	
キッズフロア教室	中級エアロビクス	午後6時30分	2,570円	
	ヨガ	午後7時30分	3,090円	
	脂肪燃焼エアロビクス	午前10時30分	2,060円	
	ZUMBA	午前11時30分	3,090円	
キッズフロア教室	ヨガピラティス	午後0時30分	3,090円	



スポーツ 優勝の記録

◇第47回市民総合体育大会 兼第40回市民陸上競技大会
 期日 5月15日(日)
 会場 総合運動公園
 参加者数 385人(延べ511人)
トラック競技
 【100m男子】▽小学1年生 橋本泰河(平井小)▽小学2年生 今井遥歩(美土里小)▽小学3年生 長濱瑠飛(神流小)▽小学4年生 関琉雅(平井小)▽小学5年生 武田秋人(藤岡第二小)▽小学6年生 清水大志(神流小)▽中学1年生 神谷脩斗(東中)▽中学2年生 関口大登(小野中)▽中学3年生 小嶋友也(北中)▽成人(16~18歳) 清水照貴(藤岡工業高)▽成人(19~25歳) 吉田拓実(一般)▽(同) 成人(41~45歳) 梅本英樹(同) 【100m女子】▽小学1年生 神保朱里(藤岡第一小)▽小学2年生 倉澤穂花(神流小)▽小学3年生 秋山咲里(美九里東小)▽小学4年生 永田珠(鬼石小)▽小学5年生 平山なづな(美九里東小)▽小学6年生 荒井日菜子(藤岡第一小)▽中学1年生 大澤真希(鬼石中)▽中学2年生 登坂未央(小野中)▽中学3年生 松野真生(同)▽成人(30歳以上) 中川いずみ(一般) 【200m男子】▽小学1年生 神谷脩斗(東中)▽小学2年生 関口大登(小野中)▽小学3年生 江口歩夢(北中) 【200m女子】▽小学1年生 武田菜月(北中)▽小学2年生 登坂未央(小野中)▽小学3年生 松下真生子(同) 【400m男子】▽成人(41~45歳) 梅本英樹(一般)▽成人(46~50歳) 高橋祐紀(同) 【800m男子】▽小学1年生 前村帝明(北中)▽小学2年生 井上将吾(東中)▽小学3年生 渡辺喬介(北中)▽成人(16~18歳) 倉澤徹(藤岡中央高) 【800m女子】▽小学5年生 平山なづな(美九里東小)▽小学6年生 福島紡希(藤岡第二小)▽中学1年生 武田菜月(北中)▽中学2年生 渡邊安夕音(同)▽中学3年生 高野麻衣(西中)▽成人(16~18歳) 浅香美湖(藤岡中央高) 【1000m男子】▽小学5年生 武田秋人(藤岡第二小)▽小学6年生 新井虎次郎(美土里小) 【1500m男子】▽成人(36~40歳) 飯野健太郎(一般)▽成人(41~45歳) 山下伸幸(同)▽成人(46~50歳) 塚本英夫(同)▽成人(51~55歳) 橋本春昭(同) 【1500m女子】▽小学2年生 渡邊安夕音(北中)▽小学3年生 塚越未結(鬼石中) 【3000m男子】▽小学1年生 清水大斗(東中)▽小学2年生 井上将吾(同)▽小学3年生 渡辺喬介(北中)▽成人(16~18歳) 島崎慎愛(藤岡中央高)▽成人(19~25歳) 瀬下康太(一般) **投てき競技** 【砲丸投男子】▽小学2年生 阿佐美光紀(北中)▽小学3年生 中西輝(小野中)▽成人(19~25歳) 吉田拓実(一般)▽成人(26~35歳) 山口喜之(同) 【砲丸投女子】▽小学2年生 松井千花子(北中)▽小学3年生 大久保七海(同) **跳躍競技** 【走幅跳男子】▽小学5年生 清水大義(藤岡第二小)▽小学6年生 新井虎次郎(美土里小)▽小学1年生 佐藤弘崇(鬼石中)▽小学2年生 島崎勝志(小野中)▽小学3年生 小嶋友也(北中)▽成人(16~18歳) 高橋元氣(藤岡工業高)▽成人(26~35歳) 本多晃(一般) 【走幅跳女子】▽小学5年生 阿部二來(小野小)▽小学6年生 笹野愛(美九里東小)▽小学1年生 布施彩奈(鬼石中)▽小学2年生 吉村泉咲(東中)▽小学3年生 大黒朱璃(西中) 【走高跳男子】▽小学1年生 阿部一貫(小野中)▽小学2年生 倉林航大(西中)▽小学3年生 原龍生(北中)▽成人(16~18歳) 新井翔(藤岡工業高)▽成人(19~25歳) 小出直人(一般)▽成人(36~40歳) 飯野健太郎(同) 【走高跳女子】▽小学1年生 小暮南(西中)▽小学2年生 佐藤遥(同)▽小学3年生 江澤唯菜(北中) (敬称略) ※大会成績は市ホームページにも掲載していますのでご覧ください