



## 【ヨガ教室開催日】

※ヨガ教室は12月より再開します。

曜日・時間	日付	回数	定員
火曜日 13:30~14:30	1・8・15・22	4回	15名
木曜日 13:30~14:30 19:30~20:30	3・10・17・24	4回	15名
土曜日 9:00~10:00	5・12・26	3回	15名

## 【詳細】

料 金	月3回 3,000円 (入館料 込) 1回 1,200円 追加 500円
対 象	16歳以上の男女
場 所	平賀体育館会議室 (2階)



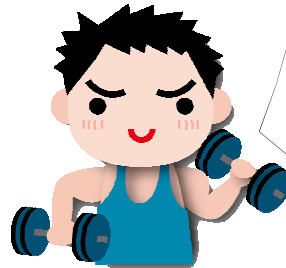
ココロもカラダも一緒に  
スッキリしてみませんか？

## 【マッスルアカデミー教室】

曜日・時間	日付	回数	定員
水曜日 19:30~20:30	11/25 12/2・9・16・23	5回	10名

## 【詳細】

料 金	月3回 2,500円 (入館料 込) 1回 1,200円 追加 500円
対 象	16歳以上の男女
場 所	ひらかドームトレーニングルーム



器具を使ったトレーニングを  
提供しています。  
初心者でも、運動に自信が  
ない方でも大歓迎です！

- 受け付けは教室開始15分前からとなります。
  - 飲料水や汗拭きタオル等は各自でご準備ください。
  - 当日は動きやすい服装でお越しください。
- ※マッスルアカデミー教室を受講の方は、内履きを必ず持参してお越しください。

## ★お問い合わせ先★

お問い合わせ時間 9:00~21:00

NPO法人平川市スポーツ協会 ひらかわスポーツクラブ

平川市運動施設 平賀体育館

TEL・FAX: 0172-44-5010 Email: spnr5g99@ion.ocn.ne.jp

※休館日: 月曜日 (月曜日が祝日の場合は、翌日の火曜日が休館日となります。)