



Pikaraスタジアム スポーツ教室のご案内

10月 ・ 11月 ・ 12月



曜日	月		火		水		木		金		
	トレーニング ルーム2	主競技場 会議室	トレーニング ルーム2	会議室 トレーニング ルーム1	トレーニング ルーム2	主競技場 トレーニングルーム① 会議室	トレーニング ルーム2	主競技場・会議室	トレーニング ルーム2	主競技場 会議室	
9:00		9:30~11:00									
10:00	ノルディック ウォーキング		ZUMBA GOLD &セルフコンディ ショニング®	ピラティス (小人数)	3F特別会議室 にて行います。		Mayu's 運動教室	10:00~11:00 スッキリ 体操教室	10:00~11:00	ステップ エクササイズ	
11:00			11:15~12:00 リフレッシュ ヨガ		11:15~12:15 神杖ストレッチ & やさしい筋トレ		10:45~11:45 介護予防 ヨガ		11:20~12:20	ピラティス①	
12:00	ZUMBA®								12:30~13:00	フット セラピー	
13:00	ZUMBA GOLD®		13:00~14:00 はじめて ピラティス		13:00~14:00 ちょこっと トレーニング		13:00~14:00 太極舞®		13:30~14:30	ピラティス②	
14:00			14:15~15:45 トレーニング 教室		14:30~15:30 太極舞®		14:30~15:30 ZUMBA GOLD &セルフコンディ ショニング®		14:45~15:45 リフレッシュ ヨガ	2つのク ラスどち らかを行 います。 日程は裏 面をご確 認くださ い。	
15:00	健康体操							ショートスクール Short School	16:00~16:50	かけっこ &体育教室 (幼児)	
16:00	ベリー シェイプ	16:30~17:30 かけっこ &体育教室 (パーシク)	16:30~17:15 キッズK-POP ダンス レベル1★		16:00~17:00 にこすば						
17:00	キッズ バルクール 教室	17:40~18:40 かけっこ &体育教室 (ステップアップ)	17:30~18:15 神杖ストレッチ & やさしい筋トレ	17:30~18:30 りくじょう教室	17:30~18:30 ピラティス	18:20~18:40 ストレッチ ボール	17:00~18:00 りくじょう教室 ①	17:15~18:00 禱高跳 クリニック (体験コース)	17:30~18:15 キッズK-POP ダンス レベル2★	17:00~18:00 かけっこ &体育教室 (パーシク)	
18:00			18:30~19:30 ZUMBA STEP®	木村和史の 走り方講座 小学生/中学生 18:30~20:00	18:45~19:45 ストレッチ& B Weicht トレーニング	18:30~20:30 木村和史の 走り方講座 小学生/中学生	18:15~19:15 リフレッシュ ヨガ	18:15~19:15 りくじょう教室 ②	18:00~19:30 禱高跳 クリニック	18:30~19:30 ZUMBA GOLD®	18:10~19:10 かけっこ &体育教室 (ステップアップ)
19:00	ハンド クラブダンス	19:00~20:30 ステイ ・ ヤング	19:55~20:55 ZUMBA®	禱高跳 クリニック		19:00~21:00 ランニング 教室	19:30~20:30 ハンド クラブダンス	18:30~20:30 木村和史の 走り方講座 小学生/中学生	19:45~20:45 ZUMBA®		
20:00	マインド フルネスヨガ										
21:00											

参加申込み

下記の参加申込日より、管理事務室にて受付いたしますので、参加料を添えてお申し込みください。年度初めは、参加申込用紙の記入をお願いします。先着順のため、定員になり次第締め切らせていただきます。子供の教室は別紙をご確認ください。

スポーツ保険に加入希望の方は、各自加入をお願い致します。

申込後の返金・キャンセルは、いかなる場合でもいたしかねますのでご了承ください。参加者が4名以下の場合、教室を中止させていただく場合がございます。また担当の講師が開催できなくなった場合、代替りの講師（代行）を立ててさせていただく場合がございます。施設・講師の都合によりお支払いいただいた回数を実施できなかった場合は回数分の無料券を配布いたします。その際、お客様の都合により返金を求める場合は窓口にて対応させていただきます。

競技場来場の方は、ストレッチボールに無料で参加する事が出来ます。スポーツ教室参加の方は、教室実施日に限り無料でトレーニングルームを利用することができます。但し、トレーニングルームは初回利用者講習会の受講が必要です。

*** 割引情報 ***

2つ以上教室を申し込み方は
2つめ以降の教室全て!

¥1,000引き!

ショートスクールは
¥500引き!

ショートスクール同士の割引は
出来かねます。ご了承ください

領収証の訂正印は省略させて
いただいています。
必要な方はお申し出ください。

参加申込み

■継続参加（対象：現在の教室を続けられる方）
9月1日（金）～9月14日（木）

■クラス変更（対象：現在の教室から違う教室へ変わる方）
9月15日（金）～9月21日（木）

■新規・追加（初めての方・追加で新しく教室を始める方）
9月22日（金）～定員になるまで

*上記期間を過ぎても受付できますが、定員になり次第、締め切らせていただきます。

参加申込み

■継続参加（対象：現在の教室を続けられる方）
9月1日（金）～9月14日（木）

■クラス変更（対象：現在の教室から違う教室へ変わる方）
9月15日（金）～9月21日（木）

■新規・追加（初めての方・追加で新しく教室を始める方）
9月22日（金）～定員になるまで

*上記期間を過ぎても受付できますが、定員になり次第、締め切らせていただきます。

*** 割引情報 ***

2つ以上教室を申し込み方は
2つめ以降の教室全て!

¥1,000引き!

ショートスクールは
¥500引き!

ショートスクール同士の割引は
出来かねます。ご了承ください

領収証の訂正印は省略させて
いただいています。
必要な方はお申し出ください。

単発参加のご案内

・単発回数券（一般） 6枚綴り 4,500円（税込）
注）火曜日 ピラティス（小人数）にはご利用いただけません。

・満員の教室にはご参加いただけません。（一般の教室）

・事前に空き状況を確認の上ご参加下さい。

・予約は受付していませんので当日、お越しいただき、参加料を窓口にてお支払いください。

・参加料は、裏面（ ）内の金額です。

マークについて

🔥 → 汗をかきたい方にオススメです。

🍀 → 体のバランスやリラックスしたい方にオススメです。

🌸 → 65歳以上の方を対象とした教室です。

👧 → 4歳～小・中学生を対象とした教室です。

お問い合わせ

Pikaraスタジアム（香川県立丸亀競技場）
〒763-0053 香川県丸亀市金倉町830
TEL 0877-21-5800 FAX 0877-21-5801

【ホームページ】 【Facebook】 【LINE】 【Instagram】

参加申込み

■継続参加（対象：現在の教室を続けられる方）
9月1日（金）～9月14日（木）

■クラス変更（対象：現在の教室から違う教室へ変わる方）
9月15日（金）～9月21日（木）

■新規・追加（初めての方・追加で新しく教室を始める方）
9月22日（金）～定員になるまで

*上記期間を過ぎても受付できますが、定員になり次第、締め切らせていただきます。