



# Pikaraスタジアム スポーツ教室のご案内

7月 ・ 8月 ・ 9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	🌿 スッキリ体操教室	🔥 ステップエクササイズ	
11:00			🌿 リフレッシュヨガ				🌿 介護予防ヨガ		🌿 ピラティス①	
12:00	🔥 ZUMBA®				🔥 美筋トレーニング				🌿 フットセラピー	
13:00	🔥 ZUMBA GOLD®		🌿 はじめてピラティス		🔥 ちょこっとトレーニング		NEW 🌿 太極舞®		🌿 ピラティス②	🗨️ 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。
14:00							🌿 ZUMBA GOLD & セルフコンディショニング®		🌿 リフレッシュヨガ	
15:00	🌸 健康体操		🗨️ 時間が変更になりました		🌿 太極舞®			🗨️ ショートスクール Short School	🔥 やさしい筋トレ	
16:00	🔥 ベリーシェイプ	🌿 かけっこ & 体育教室 (ベーシック)			NEW 🌿 にこすぽ					🌿 かけっこ & 体育教室 (幼児)
17:00	🌿 キッズバスケ教室	🌿 かけっこ & 体育教室 (ステップアップ)	🌿 キッズK-POPダンス レベル1★							🌿 かけっこ & 体育教室 (ベーシック)
18:00			🔥 美筋トレーニング	🌿 りくじょう教室	🌿 ピラティス	🌿 ストレッチボール		🌿 りくじょう教室 ①	🌿 棒高跳 クリニック (体験コース)	🌿 キッズK-POPダンス レベル2★
19:00	🔥 ハンドクラップダンス	🔥 ステイ・ヤング	🔥 ZUMBA STEP®	🌿 棒高跳 クリニック	🔥 ストレッチ&B Weightトレーニング	🌿 木村和史の走り方講座		🌿 リフレッシュヨガ	🌿 りくじょう教室 ②	🌿 棒高跳 クリニック
20:00	🌿 マインドフルネスヨガ				🔥 ZUMBA®	🔥 ランニング教室		🔥 NEW ハンドクラップダンス		🔥 ZUMBA®
21:00			🔥 ZUMBA®							

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。

**参加申込み**  
 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。  
 競技場来場の方は、ストレッチポ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。

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。

## \* 割引情報 \*

2つ以上教室を申し込む方は  
 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 受付期間

- 継続参加 (対象: 現在の教室を続けられる方)  
 6月1日 (木) ~ 6月14日 (水)
  - クラス変更 (対象: 現在の教室から違う教室へ変わる方)  
 6月15日 (木) ~ 6月21日 (水)
  - 新規・追加 (初めての方・追加で新しく教室を始める方)  
 6月22日 (木) ~ 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。



## 単 ご 発 案 参 加 の

- ・ 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。
- ・ 予約は受付しておりませんので当日、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】

