

# ダイハツ九州アリーナ教室事業

# ヨガ



月曜日 11:10~12:10(60分)

対象:一般 定員:30名

参加料:500円(税込)/1回

持参物:ヨガマット(お持ちの方)

内容:初めてヨガを体験される方など初級者向けのクラスになっています。

日程:9/2、9、16、23、30

場所:会議・研修室

受付:受付にて教室前に参加費をお支払ください。

参加条件:どなたでも参加できます。

ダイハツ九州アリーナ

指定管理者 シンコースポーツ・日本管財・ASICSグループ

大分県中津市大字大貞377-1

電話 0979-53-6700 FAX 0979-53-6363

# ダイハツ九州アリーナ教室事業

## ウォーキング



### エアロ



火曜日 13:00~14:00(60分)

対象:一般 定員:30名

参加料:500円/1回

持参物:室内シューズ



内容:初めてエアロビクスを体験される方など初級者向けのクラスになっています。

日程:9/3、10、17、24

場所:サブアリーナ

受付:受付で教室前に参加費をお支払ください。

参加条件:どなたでも参加できます。

ダイハツ九州アリーナ

指定管理者 シンコースポーツ・日本管財・ASICSグループ

大分県中津市大字大貞377-1

電話 0979-53-6700 FAX 0979-53-6363

新規講座開催

# スポーツ教室の 参加者募集



内容は主に卓球を行います。40分間  
指導ではなくレクレーション要素で行います  
ので初心者大歓迎！  
運動前のストレッチ、運動後のストレッチを  
しっかりと指導します。40分間

是非一度ご参加ください。

**場所** ダイハツ九州アリーナ サブアリーナ

**日時** 9月5日・12日・19日・26日 10:00~11:30 毎週木曜日開催

\*事前申し込みが必要となります\*

**参加費：500円**

**対象者：一般**

**(18歳以上)**

連絡先

ダイハツ九州アリーナ

TEL 0979-53-6700

【持ち物、服装】ラケット、ボールは不要です。動きやすい服装・室内靴が必要。