



文化・スポーツクラブはさま イクシィだより

登米市迫体育館・迫武道館・新田総合運動場 指定管理者

<事務局>登米市迫町佐沼字中江 2-6-1 迫体育館

TEL 0220-22-2325 ホームページ <http://icsi-hasama.com/>

～ 定員制教室 参加者募集 ～

フラダンス教室

開催曜日と時間 : 木曜日の午後 1 時 3 0 分～ 3 時

会 場 : 迫公民館 軽運動場室

参加対象・定員 : 一般成人・20名

講 師 : フラダンス指導員

米倉 マリア ジェッサ 先生

持ち物・服装 : 運動の出来る服装・タオル・飲み物

登録期間 : 平成27年10月～28年3月 (半年間)

参加費 : 2,000円 / 月



リフレクソロジー教室

開催期間・時間 : 平成27年9月～11月の全6回・午後7時～8時

会 場 : 迫公民館 講習室または集会室

講 師 : 日本リフレクソロジー協会認定

リフレクソロジスト 橋本 きよ子 先生

参加対象・定員 : 一般成人・12名

持ち物 : バスタオル

参加費 : 会員様は6回3,000円・未会員の方は1回1,000円

注意事項 : 参加の際は、必ず爪を丸く切り、裾をまくれるズボンを着用
妊娠中の方、水虫の方は参加できません



※フラダンス・リフレクソロジー教室に参加ご希望の方は、下記申込書に必要事項をご記入の上、迫体育館内事務局までお申込み下さい。(先着順に受付し、定員となり次第、締め切りとなります)

キリトリ

フラダンス・リフレクソロジー教室

参加登録 申込書

※希望する教室名を
○で囲んで下さい

申込日	平成27年	月	日	会員番号	
フリガナ				電 話 番 号	
氏 名				— —	

平成27年 10 2015

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
			▲茶道 ※フダダンス	★わくわく	★わくわく	※小学生スポーツ (器械体操)
4	5	6	7	8	9	10
	★アパピクス ▼リフレクソ- ■ヨガ【夜間】	★ヨガ【昼間】 □ゆる体操	※太極拳 ◆ピンポン	※レクダンス	▲ハトミント	●Tバ-トゴルフ
11	12	13	14	15	16	17
		◎踊り ★ヨガ【昼間】	ウオーキング ▼エアロビクス	▲茶道 ※フダダンス	★わくわく ★園画工作	■ハレ-&ハト ■フットサル
18	19	20	21	22	23	24
★弓道	★アパピクス ▼リフレクソ- ■ヨガ【夜間】	▼踊り □ゆる体操	ウオーキング ※太極拳 ▼エアロビクス			※小学生スポーツ (陸上全般)
25	26	27	28	29	30	31
	★アパピクス ▼リフレクソ- ■ヨガ【夜間】	▼踊り □ゆる体操	ウオーキング ※太極拳 ▼エアロビクス	※レクダンス	▲ハトミント ★園画工作	●Tバ-トゴルフ
1	2	3	<各教室の開催時間のご案内> ※=午後 1:30~ 3:00 ●=午前 8:30~10:00 ★=午後 2:00~ 3:30 ☆=午前10:00~11:00 ◆=午後 6:30~ 8:00 ▲=午前10:00~11:30 ▼=午後 7:00~ 8:00 ◎=午前10:30~11:30 □=午後 7:00~ 8:15 ▼=午前10:30~12:00 ■=午後 7:00~ 8:30			
			= 午前10:00~12:00 ポールウォーキング教室 開催日			

平成27年 11 2015

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
★弓道	▼リフレクソ- ★アパピクス		ウオーキング ※太極拳 ▼エアロビクス	▲茶道 ※フダダンス	★わくわく ★園画工作	
8	9	10	11	12	13	14
	★アパピクス ▼リフレクソ- ■ヨガ【夜間】					●Tバ-トゴルフ
15	16	17	18	19	20	21
★弓道		◎踊り ★ヨガ【昼間】 □ゆる体操	ウオーキング ※太極拳 ▼エアロビクス	▲茶道 ※レクダンス ※フダダンス	★わくわく ▲ハトミント ★園画工作	※小学生スポーツ (陸上全般) ■ハレ-&ハト ■フットサル
22	23	24	25	26	27	28
		★ヨガ【昼間】 ▼踊り □ゆる体操	◆ピンポン		▲ハトミント	●Tバ-トゴルフ ※小学生スポーツ (器械体操) ■ハレ-&ハト ■フットサル
29	30	31	2	3	4	5
	★アパピクス ■ヨガ【夜間】					
6	7	8	<各教室の開催時間のご案内> ※=午後 1:30~ 3:00 ●=午前 8:30~10:00 ★=午後 2:00~ 3:30 ☆=午前10:00~11:00 ◆=午後 6:30~ 8:00 ▲=午前10:00~11:30 ▼=午後 7:00~ 8:00 ◎=午前10:30~11:30 □=午後 7:00~ 8:15 ▼=午前10:30~12:00 ■=午後 7:00~ 8:30			
			= 午前10:00~12:00 ポールウォーキング教室 開催日			