

東板橋体育館休館中の代替スタジオプログラム一覧(令和2年4月～)

【旧板橋第九小学校体育館 / 板橋区立文化会館 実施プログラム】

火曜		水曜		木曜		日曜	
9:00							9:00
9:30							9:30
10:00				9:30～10:15 おためしエアロ 加藤			10:00
10:30	10:00～10:45 おためしエアロ 本田						10:30
11:00				10:30～11:15 背骨 コンディショニング 加藤			11:00
11:30	11:00～11:45 骨盤ストレッチ 本田						11:30
12:00		11:35～12:15 肩腰すっきり 関根		11:30～12:20 いきいき体操 大場 (※)		11:50～12:35 ビギナー 坪井 (※)	12:00
12:30							12:30
13:00		12:25～13:10 ピラティス 関根		12:35～13:25 タイヨガ 大場 (※)		12:45～13:35 バラエティストretch 坪井 (※)	13:00
13:30							13:30
14:00		13:30～14:45 シェイプ I 加藤					14:00
14:30							14:30
15:00							15:00

【プログラム参加について】

- 4～6月・10～12月は旧板橋第九小学校体育館、7～9月・1～3月は板橋区立文化会館にて開催致します。
(※印のプログラムは、板橋区立文化会館実施期間中は開催しません。)
- 各月の開催日程については前月1日より告知致します。
- プログラム参加希望の方は事前登録が必要となります。

【利用料金について】

- 大人(16歳以上) 420円、高齢(65歳以上)・障がい者 210円
- 回数券または定期券での利用とさせていただきます。
- 回数券は実施場所で販売も致します。当日券・定期券の現地販売は行いません。

【参加登録方法について】

- 登録は3月1日9:00より上板橋体育館の電話または窓口にて受付開始とさせていただきます。
- 登録定員数は一旦、各プログラム50名先着順とさせていただきます。
- 一度に複数プログラムのお手続き及び代理手続きも可能といたしますが、必ず参加意思のあるプログラム
のみの登録にご協力ください。
- 登録の際は、お名前・連絡が取れる電話番号・参加希望プログラム名をお聞きいたします。
- 特に3月1日は、電話回線が混み合うことが予想されていますので、予めご了承ください。
(できるだけ上板橋体育館窓口での登録手続きをおすすめいたします。)
- 上記プログラム以外、区立他体育館実施プログラムにつきましては各体育館にお問い合わせください。

〈お問い合わせ先〉
板橋区立小豆沢体育館

東京都板橋区小豆沢三丁目1番1号
03-3969-4166