回覧

夏の暑さに負けない！
心と体を元気に♪

美姿勢コンディショニング

と　き：19時45分～20時45分
　　毎週木曜日
開催日：7月2日～9月24日
　　（8/13を除く）
人　数：20名（先着）
料　金：8,400円　全12回

さわやか健康教室

と　き：13時30分～14時30分
　　毎週金曜日
開催日：7月3日～9月25日
　　（7/24,8/14）を除く
人　数：20名（先着）
料　金：6,600円　全11回

4月から開講！

モーニングヨガ

新規会員募集中！

と　き：10時00分～11時00分
　　毎週木曜日
開催日：7月2日～9月24日（8/13を除く）
人　数：15名（先着）
料　金：8,400円　全12回

長岡市浦体育館

指定管理者　越路スポーツ振興グループ
開館時間　９時～２２時
休館日　第３日曜日１７時～翌日１７時まで
〒949-5406　長岡市浦4802番3号

体育館窓口・お電話にて受付
0258-92-6910