

# 2026年度 3期 12月～3月 軽体操教室・みんなでストレッチ教室

●場所: 泉市民体育館

〒190-0015 立川市泉町786-11

☎536-6711

●対象: 18歳以上の市内在住・在勤・在学の方

●申し込み期間: 10月10日(土)～10月20日(火) ※1人2クラスまで申し込み可

●申し込み方法: 立川市電子申請

| クラス名 |         | 時間          | 期間                                  | 参加費                      | 人数                |
|------|---------|-------------|-------------------------------------|--------------------------|-------------------|
| 水曜   | 1部 軽体操  | 10:00～11:00 | 12/2～3/24<br><br>(12/30除く)          | 全16回<br>3,200円<br>(現金のみ) | 各<br>100名<br>(抽選) |
|      | 2部ストレッチ | 11:15～12:15 |                                     |                          |                   |
|      | 3部 軽体操  | 13:00～14:00 |                                     |                          |                   |
|      | 4部ストレッチ | 14:15～15:15 |                                     |                          |                   |
|      | 5部 軽体操  | 19:15～20:15 |                                     |                          |                   |
| 金曜   | 1部 軽体操  | 13:15～14:15 | 12/4～3/19<br><br>(1/1、2/12除く)       | 全14回<br>2,800円<br>(現金のみ) |                   |
|      | 2部ストレッチ | 14:30～15:30 |                                     |                          |                   |
| 土曜   | 1部 軽体操  | 10:00～11:00 | 12/5～3/13<br><br>(12/12、1/2、1/23除く) | 全12回<br>2,400円<br>(現金のみ) |                   |
|      | 2部ストレッチ | 11:15～12:15 |                                     |                          |                   |