新規教室のご案内

会場：城南総合スポーツセンター 2F 多目的室

HipHop 教室

音楽に合わせて楽しく体を動かすことを中心に基礎レッスン～リズムトレーニング～振付のレッスンを行っていきます。HipHop の独創的な動きの中に色んな要素が組み込まれており、初心者でも楽しんで踊ることができます。
※12 月 23 日 (水) 熊本県立劇場で開催の「H3 UD DANCE FESTIVAL Vol.9」に参加できます。

キッズクラス 毎週木曜日 18：30～19：30
※11 月よりジュニアクラス (19:45～) を開講予定

通常会員：月謝 4,500 円 / 火の君スポーツクラブ会員：月謝 3,000 円

【9 月開催日】9/3(木),9/10(木),9/17(木),9/24(木)

＜インストラクター紹介＞
GORI(HipHop 教室)：熊本県下のスタジオで活躍しているインストラクター GORI。子供たちに大人気の先生です。

リフレッシュ YOGA

ヨガには「結ぶ」という意味があります。深い呼吸で様々なポーズを行うことにより、心と体のつながりを強くすることができます。さわやかなひと時を一緒に過ごしませんか？

毎週火曜日 19:00～19:45
通常会員：月謝 3,000 円
火の君スポーツクラブ会員：月謝 2,000 円
【9 月開催日】9/1 (火),9/8(火),9/15(火),9/29(火)

Let´s ピラティス

お腹周りをスッキリしたい！姿勢の改善、魅力的なボディラインをつくりたい！そういう方々にお薦めのクラスです。初心者、体力・筋力に自身がない方でも基本から丁寧に進めていきます。

毎週火曜日 20:00～21:00
通常会員：月謝 3,000 円
火の君スポーツクラブ会員：月謝 2,000 円
【9 月開催日】9/1 (火),9/8(火),9/15(火),9/29(火)

＜インストラクター紹介＞
島田優紀 (ヨガ･ピラティス):スポーツクラブや公共施設など幅広いレッスンをしていて、大人気のインストラクターです。

8月チャレンジ教室 (各教室２回) を開催します！

★HipHop 教室　定員 25 名
8/20(木),8/27(木)・・通常会員 2,250 円／火の君スポーツクラブ会員 1,500 円

★リフレッシュ YOGA・Let’s ピラティス　定員各 25 名
8/18(火),8/25(火)・・通常会員 1,500 円／火の君スポーツクラブ会員 1,000 円

無料体験受付中！（完全予約制）

★HipHop 教室
8/6(木) 18:30～（対象 =3 歳～小学 3 年）

★リフレッシュ YOGA
8/11 日 (火) 19:00～（対象 = 高校生以上）

★Let´s ピラティス
8/11(火) 20:00～　（対象 = 高校生以上）

＜お問い合せはこちら＞
主催：（株）パブリックビジネスジャパン
☎096－237－7266
〒860-0834 熊本市南区江越 1 丁目 14-10-2F
火の君スポーツクラブ
（総合型地域スポーツクラブ）
☎0964－27－5666
090－5295－7374【前田】