

宗像市スポーツ・健康教室一覧表

No. 1

※時間や内容など、詳細は下記の連絡先へお問い合わせください。各地区コミュニティセンターは「コミセン」と表記。

平成30年6月6日現在

教室名	内容	曜日	時間	会場	参加費	対象	申込先
ハワイアンフラ教室 カ・フラ・オ・マカマエ	フラダンス	第1, 2, 3火曜	13:30~15:30	赤間西コミセン	要問合せ	大人（女性）	アロヒマカ・明石 32-2124
		第1, 3, 4木曜	13:30~15:30	河東コミセン			
		第1, 2, 3土曜	14:00~16:00	河東コミセン			
フラ ハウオリ ネイ Hula Hau'oli Nei	フラダンス	第2, 4火曜	18:20~19:10 (子ども) 19:20~20:30 (一般)	河東コミセン	2,500円/月 (施設費) 500円/月	大人（女性） 子ども（4歳以上）	福地 幸子 090-5478-6633
		第1, 3水曜	10:00~11:10	葉山公民館			
		第2, 4金曜	19:30~20:40	葉山公民館			
		第1, 3土曜	①10:30~11:40 (一般) ②13:00~13:50 (子ども) ③14:00~15:10 (一般)	①赤間コミセン ②③葉山公民館			
カ・リコプア・フラレア	フラダンス	第1, 3, 4水曜	13:30~15:00	自由ヶ丘コミセン	3500円/月	大人（女性）	津留 理恵 090-9791-1339
スタジオMARIE	ラテンダンス フラメンコ	毎週火曜 毎週金曜	要問合せ	岬コミセン	ラテン：3,800円 (2回/月) フラメンコ：5,500円 (3回/月)	大人（男女）	本田 麻理恵 080-2729-5403
木曜会	社交ダンス	毎週木曜	10:00~12:00	自由ヶ丘コミセン	1,000円/月	大人（男女）	木原 正雄 33-7828
社交ダンスとストレッチ	社交ダンス	毎週金曜	10:00~12:00	自由ヶ丘第一公民館	1回400円+施設費	大人（女性）	安永 洋子 090-3738-3656
健康になる美しい姿勢・歩き方と筋ゆるリンパケア	ストレッチ	毎週火曜	15:00~16:30	赤間西コミセン	4,000円/月	大人（女性）	亀石 ひとみ 090-9792-3020
赤間西ワクワク体操教室	体操	第1金曜	13:30~15:30	赤間西コミセン	1,000円/回	大人（男女）、子ども	大島コミセン 0940-72-2321
体操教室	ストレッチ、体操	毎週火曜	14:30~16:00	大島コミセン	500円/回	大人（男女）	吉田 俊彦 emf104hiko@hotmail.com
E M F ダンススクール	ストリートダンス	①毎週火曜 ②毎週水曜	17:30~19:30/19:45~21:00	①東郷コミセン ②河東コミセン	4,000円/月	大人（女）、子ども	伊藤 大輔 090-9566-3548
DANCE STUDIO DICE	ダンス	毎週火曜	17:30~19:00/19:00~20:30	東郷コミセン	1回1,000円（チケット制）	大人（男女）、子ども	秀島 歩美 090-5292-3129
OH!-ShimaKids	キッズダンス	毎週火曜	16:00~17:30 (クラスによって異なる)	大島コミセン	2,000円/月	子ども	本松 ゆか 090-1193-1140
イメージーションダンスワークス	ダンス	毎週月曜	15:35~16:35	宗像コモン公民館	3,400円~/月	3歳~小1	本松 ゆか 090-1193-1140
		毎週月曜	①17:00~18:15 ②18:25~19:55	河東西小音楽室		①小2~小4 ②小5以上	
		毎週火曜	①15:50~16:50 ②16:55~18:10 ③18:20~19:50	赤間コミセン		①3歳~小1 ②小2~小4 ③小5以上	
		毎週水曜	①17:00~18:15 ②18:25~19:55	河東コミセン		①小2~小4 ②小5以上	
		毎週土曜	18:00~19:30	河東コミセン		中学生以上	
		毎週土曜	18:00~19:30	河東コミセン		大人（男女）	
	大人のボディケア	第1木曜	10:00~11:15	河東コミセン		大人（男女）	
		第2, 3木曜	10:00~11:15	赤間コミセン		大人（男女）	
アートフリー	ストレッチ・ダンス	第1~第4水曜	17:00~20:30	自由ヶ丘コミセン	2,500円/月	大人（女）	荒木 裕子 090-6484-1887
うたって動いて♪ 音楽・リズム・セラピー	音楽療法+呼吸法+ ストレッチ+リズム体操+ 脳トレ体操 [介護予防・更年期対策]	第3火曜	14:00~15:30	自由ヶ丘コミセン	1,000円/月	大人（男女）	松本 亜樹 090-2963-5708
		第4木曜	13:00~14:30	赤間コミセン			