

宗像市スポーツ・健康教室一覧 (赤間西②、自由ヶ丘①)

福岡ヨーガ道友会

内容： ヨーガ体操
 会場： 城ヶ谷公民館
 日時： 毎週火曜14時00分～15時30分
 参加費： 2,500円/月
 対象： 大人(男女)
 申込： 田村 恵美子 (tel)080-7449-6135

福岡ヨーガ道友会

内容： ヨーガ体操
 会場： 大谷公民館
 日時： 毎週木曜19時00分～20時30分
 参加費： 2,500円/月
 対象： 大人(男女)
 申込： 岡本 禮子 (tel)0940-35-0324

レッツ・フラ・ノヘア

内容： フラダンス
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 第1,3,4月曜 13時30分～15時00分
 参加費： 3,500円/月
 対象： 大人 (女性)
 申込： 津留 理恵 (tel)090-9791-1339

養気功会

内容： 気功の練習
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 毎週火曜 10時00分～12時00分
 参加費： 3,000円/月
 対象： 大人 (男女)
 申込： 坂根 康廣 (tel)080-5263-7744

うたって動いて♪音楽・リズム・セラピー

内容： 音楽療法、呼吸法、リズム体操他
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 第3火曜 14時00分～13時50分
 参加費： 1,000円/月
 対象： 大人 (男女)
 申込： 松本 亜樹 (tel)090-2963-5708

実践空手古武道 空正会館

内容： 空手道
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 毎週火曜 18時30分～20時00分
 参加費： 4,000円/月
 対象： 大人 (男女)、子ども
 申込： 山本 芳正 (tel)0940-37-3702

アートフリー

内容： ストレッチ・ダンス
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 第1～第4水曜 17時00分～20時30分
 参加費： 2,500円/月
 対象： 大人 (女)
 申込： 荒木 裕子 (tel)090-2963-5708

養気功会

内容： 気功の練習
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 毎週木曜 10時00分～12時00分
 参加費： 3,000円/月
 対象： 大人 (男女)
 申込： 坂根 康廣 (tel)080-5263-7744

木曜会

内容： 社交ダンス
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 毎週木曜 10時00分～12時00分
 参加費： 1,000円/月
 対象： 大人 (男女)
 申込： 木原 正雄 (tel)33-7828

いまヨガ

内容： ヨガ
 会場： 自由ヶ丘コミセン
 日時： 毎週木曜 19時15分～20時15分
 参加費： 4,300円/月
 対象： 大人 (男女)
 申込： 古里 利恵 (tel)080-6628-1636