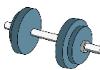


1月

学び处へないんすカフェ～
運動教室



日	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
4日	5日	6日	① 7日	8日	② 9日	10日
	休館日		時間 18:30～19:15 対象 未就学児向け 講師 NPOスポーツ ウェルネス 内容 運動あそび教室 場所 アリーナ (ステージ側) 定員 20名		時間 18:30～19:15 対象 小学生向け 講師 NPOスポーツ ウェルネス 内容 運動あそび教室 場所 アリーナ (ステージ側) 定員 20名	
11日	12日	13日	14日	15日	16日	⑤ 17日
	成人の日	休館日 (振替休日)			③ 時間 18:30～19:30 対象 小学生向け 講師 鶴尾幸大、高橋好範 内容 バドミントン教室 場所 アリーナ(入口側) 定員 10名	時間 10:00～11:00 対象 全年齢対象 講師 平中あゆ美 内容 ストレッチ& ゆるトレ教室 場所 ミーティング ルーム 定員 10名
18日	19日	20日	21日	⑥ 22日	⑦ 23日	24日
	休館日			時間 10:00～11:00 対象 全年齢対象 講師 NPOスポーツ ウェルネス 内容 エアロビ教室 場所 ミーティング ルーム 定員 10名	時間 18:30～19:30 対象 全年齢対象 講師 平中あゆ美 内容 シェイプアップ教室 場所 ミーティング ルーム 定員 10名	
25日	26日	27日	⑧ 28日	⑨ 29日	⑩ 30日	⑪ 31日
	休館日		時間 10:00～11:00 対象 全年齢対象 講師 NPOスポーツ ウェルネス 内容 ストレッチ& ゆるトレ教室 場所 ミーティングルーム 定員 10名	④ 時間 18:30～19:30 対象 子ども～おとなまで 講師 野中直樹 内容 ケガの応急処置の 基礎(第1回) 場所 ミーティングルーム 定員 10名	時間 18:30～19:30 対象 全年齢対象 講師 平中あゆ美 内容 ダイエット教室 場所 ミーティング ルーム 定員 10名	時間 9:00～11:00 対象 未就学児・ 小学生向け 講師 菅原能啓 千葉秀人 内容 サッカー教室 場所 アリーナ全面 定員 20名

教室の5日前までに希望番号を申込書に記入の上、電話、FAX、メールにてお申し込みください。

申込書を写真に撮ってメールで申し込みでも可です。

定員になり次第、締め切りとなります。ご了承ください。

参加料は無料ですのでお気軽にご参加ください♪

【問合せ先】 ☎TEL:0195-43-3382 ☎FAX:0195-41-1010

✉メール:fnagasawa@vill.kunohe.iwate.jp

※1月から新しい教室が始まります。開催頻度については、参加状況に応じて調整させていただきます。

令和8年 1月 運動教室 申込書

番 号	氏 名 (フリガナ)	電 話 番 号
	該当する場合○と記載(年少・年中・年長・小学校 年生)	
	住 所	ご意見・ご要望など(自由にご記入ください)
	九戸村大字	
	教室の様子(写真)の広報・HP掲載の可否 (可 ・ 否)	

提出先:九戸村教育委員会
担当→長澤

各教室
詳細は
裏面へ