

令和8年度後期 バランスボール教室 日程表

活動日	火曜日 全15回
時 間	13:30~14:30
場 所	臨海体育館 第1体育室
服 装	運動のできる服装（くつ下着用）
持ち物	水分 汗拭きタオル 室内シューズ ヨガマット
連絡先	へきなん総合型スポーツクラブ 0566-42-4233（欠席連絡は不要です）
その他	日程・会場は天候または施設の都合により変更になる場合があります

	日付		日付
第1回	10月6日	第9回	1月19日
第2回	10月20日	第10回	2月2日
第3回	11月10日	第11回	2月9日
第4回	11月17日	第12回	2月16日
第5回	12月1日	第13回	3月2日
第6回	12月8日	第14回	3月9日
第7回	12月15日	第15回	3月16日
第8回	1月5日	予備日	3月30日

へきなん総合型スポーツクラブ 公式LINE登録のお願い

【公式LINEの登録方法】

右のQRコードを読み取り、お友達追加をしてください。
必ず「受講者氏名」「参加教室名」を送ってください。

各教室の中止連絡、会場変更、日程変更等は教室のお知らせにてご連絡致します。



【公式LINEの情報の確認方法】



①公式LINEホーム画面の
左下のキーボードアイコン
をタップして入力画面を表



②入力画面で『バランス』と入力し、送信します。



③変更やお知らせがある場合
はメッセージが出ます。

※公式LINEは令和8年度より運用開始。

以前ご登録していただいていたLINE（てるてる坊主のアイコン）とは異なります。

再度ご登録をお願い致します。