

## 参加者大募集

秋・冬号

# 高松市ヨット競技場スポーツ教室

### 1 健康寿命UP！メンズストレッチ教室

12月7日～3月15日までの  
毎週月曜日 計11回  
(12/28、1/4、1/11、2/22は除く。)  
時 間 9:30～10:30  
申込日 11月16日 9:00～(抽選)  
参加費 6,600円  
定 員 25人(18歳以上の男性)

### 2 バランスコーディネーション教室 (月曜日コース)

12月7日～3月15日までの  
毎週月曜日 計11回  
(12/28、1/4、1/11、2/22は除く。)  
時 間 11:00～12:00  
申込日 11月16日 10:30～(抽選)  
参加費 6,600円  
定 員 30人(どなたでも)

### 3 美しいボディを作るピラティス教室

12月9日～3月24日までの  
毎週水曜日 計14回  
(12/30、2/24は除く。)  
時 間 15:10～16:10  
申込日 11月25日 14:30～(抽選)  
参加費 8,400円  
定 員 30人(18歳以上の女性)

### 4 ゆっくりヨガ教室

12月10日～3月18日までの  
毎週木曜日 計13回  
(12/31、2/11は除く。)  
時 間 9:30～10:30  
申込日 11月19日 9:00～(抽選)  
参加費 7,800円  
定 員 25人(18歳以上の女性)

### 5 ゆるめて整う骨盤&フットケア教室

12月11日～3月19日までの  
毎週金曜日 計14回  
(1/1は除く。)  
時 間 10:00～11:00  
申込日 11月20日 9:30～(抽選)  
参加費 8,400円  
定 員 25人(どなたでも)

### 6 バランスコーディネーション教室 (金曜日コース)

12月11日～3月19日までの  
毎週金曜日 計11回  
(12/18、1/1、1/29、2/19は除く。)  
時 間 13:15～14:15  
申込日 11月27日 12:50～(抽選)  
参加費 6,600円  
定 員 30人(どなたでも)

### 7 やさしいエアロリズム&ストレッチ教室

12月11日～3月19日までの  
毎週金曜日 計11回  
(12/18、1/1、1/29、2/19は除く。)  
時 間 14:30～15:30  
申込日 11月27日 14:00～(抽選)  
参加費 6,600円  
定 員 25人(どなたでも)

☆申込の時間に定員に達していた場合、  
抽選になります。



高松市ヨット競技場  
高松市浜ノ町67番1号  
☎087-822-1668  
9:00～20:00(火曜日休場日)