

令和7年度北部体育館スポーツクラブ レディースコース

会 場：北部体育館アリーナ、市民体育館大アリーナC面、小アリーナ

時 間：10:00～11:30

持ち物：内履き、飲み物、動きやすい服装



は、休みです



は、会場が市民体育館小アリーナです。



は、会場が市民体育館大アリーナC面です。

1期	4月	2	9	16	23	30
10回	5月	7	14	21	28	
5,000円	6月	4	11	18	25	
	7月	2 小アリ	9 小アリ	16 小アリ	23 小アリ	30
2期	8月	6 小アリ	13	20 小アリ	27 小アリ	
15回	9月	3 小アリ	10 小アリ	17 小アリ	24 小アリ	
7,500円	10月	1 大C	8	15 大C	22 大C	29
	11月	5 大C	12	19	26	
3期	12月	3 大C	10 大C	17 大C	24 大C	31
14回	1月	7	14 小アリ	21 小アリ	28 小アリ	
7,000円	2月	4 小アリ	11	18 小アリ	25 小アリ	
	3月	4 小アリ	11 小アリ	18 小アリ	25 小アリ	

※途中入会の場合、期の残り回数×500円が参加料となります。

HPはこちら



【お問い合わせ】

(公財)長岡市スポーツ協会

〒940-0084 長岡市幸町2丁目1番1号(さいわいプラザ内)

TEL 0258-34-2130 FAX 0258-34-2170

※LINEでもお問い合わせできます！▶▶▶▶

LINE登録はこちら

