令和8年度アオーレ長岡スポーツ教室
レディースコース

会　場：アオーレ長岡アリーナAB面、市民体育館大アリーナBC面
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　市民　は、会場が大アリーナBC面です。

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

※途中入会の場合、期の残り回数×500円が参加料となります。
※（ ）内の料金はアオーレ長岡のみの参加料です。

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