

### 市民グラウンド・ゴルフ体験教室

とき 4月16日(金)・19日(月)、  
5月7日(金)・10日(月)

午前9時～正午

ところ 市陸上競技場

※用具は貸し出しします。

〒十和田市グラウンド・ゴルフ協会・  
太田 ☎ 7203

### 剣道体験教室

初心者、大歓迎です。動きやすい  
服装とマスク着用でお越しください。

とき 4月19日(月)～30日(金)の月・水・  
金曜日 午後6時～7時

ところ 志道館

対象 年長以上

持ち物 飲み物

〒十和田市剣友会・大木

☎ 090-7330-1623

### 十和田グリーンジュニア テニスクラブ会員募集

硬式テニスは親子で楽しめるスポー  
ツです。錦織圭選手や大坂なおみ選  
手を目指して、一緒にテニスを楽し  
みましょう。

とき 週2回

①毎週月曜日 午後6時～8時

②土曜日 午後2時～4時、木曜  
日 午後6時～8時のいずれか

ところ サン・スポーツランド

対象 小・中学生

費用 月額3,000円(ボール代、レッスン料)

持ち物 硬式テニス用ラケット、テニ  
スシューズ

※申し込みは随時受け付けています。

※見学、体験の場合は事前にご連絡  
ください。

〒十和田グリーンジュニア・天羽

☎ 090-4478-2466

### 十和田サッカースクール 参加者募集

とき 4月3日(土)～毎週土・日曜日  
午後4時～5時30分

ところ 若葉球技場ほか

対象 幼児(年中)～小学2年生

費用 月額1,000円(保険代含む)

### 十和田ジュニアフットボール クラブ参加者募集

とき 週4日(毎週土・日曜日ほか週2日)

ところ 若葉球技場ほか

対象 小学3～6年生

費用 月額2,000円

※別途、諸費用(保険代・登  
録代)が必要となります。

◆いずれも

持ち物 サッカーボール、シューズ、  
水筒

申し込み方法 毎週土・日曜日の午  
後4時から若葉球技場で受け付け  
しています。

〒十和田JFC・古市

☎ 4205

### ご当地ベビーヨガ

ポーズと呼吸法で産後の骨盤を引  
き締め、下腹ポッコリを改善します。  
助産師の赤ちゃん相談とベビーマッ  
サージもあります。

とき 午前9時45分～11時40分

①4月24日②5月29日③6月19日

④7月17日⑤8月28日⑥9月18日

⑦10月23日⑧11月20日⑨12月18日

⑩1月22日⑪2月26日⑫3月19日

(全て土曜日)

ところ 東コミュニティセンター  
または市民交流プラザ「トワレ」

(予約時にお知らせします)

対象 産後1カ月からの母親(託児  
付・1歳未満優先)

費用 各回1,500円(託児希望の  
人は1歳未満別途500円・1歳以上  
800円)

持ち物 ヨガマット(バスタオル)、  
赤ちゃんお世話グッズなど

※動きやすい服装でお越しください。

〒ご当地ヨガ実行委員会

☎ 080-3501-6790

メール gotohchiyoga@gmail.com

### 総合型スポーツクラブRED HORSE 定期教室会員募集!!

#### ①ラグビー部

とき 4月4日～10月の毎週日曜日

午前9時～11時

11月～3月の毎週土曜日

午後6時30分～8時30分

ところ 三本木農業高校芝ラグビー場、  
南小学校体育館

対象 3歳以上(小学生未満は保護者同伴)

費用 小学生未満7,000円、小・中学  
生8,000円、成人5,000円(年  
会費)

#### ②陸上競技部(夏期教室)

とき ①4月18日(日) 午前10時～正午

②4月24日③5月29日④6月5日

⑤6月12日⑥7月10日⑦7月31日

⑧8月7日⑨8月28日⑩9月4日

⑪9月11日⑫10月23日(全て土曜日)

午後2時～4時

ところ 市陸上競技場

対象 小学4年～中学3年生

費用 5,000円(夏期会費)

#### ③ヨガ部

とき 4月10日～毎月土曜日2回(24回)

午前10時30分～11時30分

ところ 総合体育センター 研修室

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定員 20人(先着順)

費用 10,000円(年会費・保険代含む)

#### ④ルーシーダットン(※)部

※ルーシーダットンとはタイ式ヨ  
ガと呼ばれる自己整体法。

とき 4月14日～毎月水曜日2回(24回)

午前10時30分～11時30分

ところ 志道館 和室

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定員 10人(先着順)

費用 10,000円(年会費・保険料含む)

申し込み方法

①②は直接会場へお越しください。

③④は事前に申し込みください。

〒総合型スポーツクラブRED HORSE

①② ☎ 090-6853-3370(成田)

③④ ☎ 090-8929-1577(小川)