

九条スポーツセンターからのお知らせ

◆新春2025年半額体験キャンペーン

通常体験 1回1,500円(税込)が1回750円(税込)で体験できます。

日程=1月31日(金)まで

※体験希望日の1週間前から予約できます。

※定員のクラス、Jrダンス体験募集がありません。

◆1月~2月度教室参加者募集中

日程=3月2日(日)まで全8回

料金=7,700円~10,000円(税込)

申込・問合せ=参加費・認印をもって直接九条スポーツセンター(☎52-1245)へ

※電話での申し込みはできません。定員に達している教室もあります。事前に問い合わせてください。

スタジオ おススメ教室 ※対象16歳以上

肩こり腰痛ケア体操	毎週月・木曜	10:00~11:00
	毎週水曜	11:15~12:15
はじめてのピラティス教室	毎週月・金曜	11:15~12:15
ボディバランス	毎週月曜	13:30~14:30
ズンバ教室	毎週月曜	15:00~16:00
	毎週土曜	11:15~12:15
ヨガ	毎週水・金曜	10:00~11:00
	毎週木曜	11:30~12:30
	毎週土・日曜	10:00~11:00
ストレッチヨガ	毎週水曜	13:00~14:00
ひきしめヨガ	毎週水曜	19:00~20:00
衰えない体づくり体操	毎週木曜	13:00~14:00
楽トレ	毎週金曜	9:30~10:30
ダンスエアロ	毎週金曜	19:15~20:15
いきいき健康体操	毎週土曜	10:30~11:30

プール おススメ教室 ※対象16歳以上

アクアビクス	毎週月曜	11:30~12:30
	毎週水曜	10:10~11:10
	毎週木曜	10:00~11:00
かんたんアクア	毎週金曜	13:00~14:00

みんなの伝言板

掲載について 営利を目的としないで、独自に行っているイベントや、そのサークルへの参加を広く市民に呼びかける内容とします。掲載希望号発行日の1カ月前までに企画政策課へ。

㊦=日時 ㊧=場所 ㊨=対象 ㊩=会費 ㊪=申込 ㊫=問合せ ㊬=持ち物

■ イベント

フォークダンス始めませんか

㊦ 1月16日(木)9:30~11:30
㊧ 三の丸会館 小ホール
㊨ 市内在住の女性
㊩ 無料
㊪ フォークダンスアマリリス・野上 ☎55-2413

太極拳をはじめませんか

㊦ 体験見学会1月20日(月) 10:00~11:30
普段の練習は毎月3回 月曜10:00~11:30
㊧ 片桐地区公民館 多目的ホール
㊨ どなたでも(見学歓迎)
㊩ 会費3カ月3,500円
体験無料(申込不要、服装自由)
㊪ 片桐太極拳クラブ・鴨居 ☎54-2323

オレンジカフェ開催

㊦ 1月17日(金)13:30~15:30
㊧ 在宅医療センター 悠
㊨ どなたでも ㊩ 150円
㊪ ウェルケア悠 内務局 ☎55-0210

地域づくりシンポジウム

㊦ 2月6日(木)13:00~16:30
㊧ DMG MORI やまと郡山城ホール
㊨ どなたでも
㊩ 参加費として 資料代500円
㊪ シンポジウム実行委員会・猪岡 ☎gino333napco@gmail.com

お餅つきをしよう!!

㊦ 1月26日(日)10:00~13:00
㊧ 里山の駅「風とんぼ」
㊨ 小学生
㊩ 300円
㊪ お茶・エプロン・三角巾
㊫ ボーイスカウト郡山第2団・柿本 ☎090-7101-8508

楽しいですよフォークダンス

㊦ 1月26日(日)9:30~11:30
㊧ 南部公民館 多目的ホール
㊨ 成人女性
㊩ 無料
㊪ フォークダンスサークル・今堀 ☎59-1022

モルック体験会

㊦ 1月11日(土)・18日(土) 10:00~12:00
㊧ 九条公園
㊨ どなたでも
㊩ 無料
㊪ 小崎 ☎080-4458-5721 ☎kosakosa8484@gmail.com

■ 会員募集

プログラミング教室(親子)

㊦ 7月~2月土曜(計20回) 9:00~11:30
㊧ 市民交流館/オンライン
㊨ 小1~中3
㊩ 入会費30,000円・授業料無料
㊪ ギブテクウィンウィン ☎hqi06047@kcn.jp

DVD 演歌カラオケです!

㊦ 毎月第1~4木曜12:00~17:00
㊧ 南部公民館
㊨ 市内在住の60歳以上の男女
㊩ 入会費1,000円、月1,000円
㊪ さわやか歌の会・山本 ☎090-7877-9577
申し込みは1月27日(月)まで

続けよう途半ばの英会話

㊦ 毎週土曜9:30~11:30
㊧ 三の丸会館内
㊨ 市内在住で英語に興味のある人
㊩ 入会費無料、月500円
㊪ 郡山ESS・中嶋 ☎56-8022

楽しく卓球しませんか

㊦ 毎週第1~4金曜9:00~11:30
㊧ 今国府町スポーツ会館
㊨ 初心者歓迎 ㊩ 月500円
㊪ 楽々卓球・吉村 ☎090-3287-0649

バレーボール体験募集

㊦ 毎週土・日曜、祝日9:00~17:00
㊧ 郡山西小学校 体育館
㊨ 小学生男女 ㊩ 無料
㊪ 片桐ファイターズ ☎katagiri.fighters@gmail.com

重心たいそう教室

㊦ 毎月第1~3金曜9:50~10:50
㊧ コーポいまご2階 集会室
㊨ 女性
㊩ 1回700円
㊪ 呼動バランス操体・岡本 ☎070-5500-0134

新年から楽しく朗読始めませんか

㊦ 毎月第3または第4土曜9:50~11:50
㊧ 三の丸会館 音楽室
㊨ どなたでも ㊩ 月1,300円
㊪ 椋澤 ☎53-8655

最初から楽しめる軽スポーツ

㊦ ①毎月第1・3月曜②毎月第1~4水曜いずれも13:30~16:00
㊧ ①三の丸会館②小泉西方スポーツ会館
㊨ どなたでも
㊩ 1回200円(初回無料)、入会金1,000円、年会費1,000円
㊪ 大和郡山デイスコンクラブ・田中 ☎54-0280

郡山まほろば学級見学説明会

㊦ 毎週木曜(毎月3回程度)13:00~16:00
㊧ 三の丸会館
㊨ 街歩きから山歩きができる人どなたでも
㊩ 入会金1,000円、月会費500円
㊪ 郡山まほろば学級・関田 ☎090-3280-3805

楽しく心メンテ・心ケア

㊦ ①毎月第3木曜10:00~11:30 ②毎月第4木曜20:30~21:20
㊧ ①総合公園施設 研修室 ②Zoom(スマホで自宅から参加可)
㊨ 市内在住・在勤
㊩ ①②月1回500円(①は初回無料)
㊪ 公認心理師・臨床発達心理士・今谷 ☎070-9136-3033(要事前問合せ)