

# 亀城プラザ フィットネス& カルチャー講座

☎亀城プラザ(〒300-0043  
中央二丁目16-4 ☎824-3121)

☑往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参

※水曜休館。はがき1枚につき1講座の申し込み(連名は不可)

※親子の講座はお子様の氏名(ふりがな)、年齢も記入

☑9月18日(月)(必着)

※定員を超えたときは抽選。また、申込少数の場合は中止となることがあります。

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料※1
月	からだ改善ヨガA	一般男女	9:30~10:30	10/2~12/11	10	20人	5000円
月	からだ改善ヨガB	一般男女	11:00~12:00	10/2~12/11	10	20人	5000円
月	からだ痩身ヨガ	一般男女	19:30~20:30	10/2~12/11	10	40人	5000円
火	おやこヨガ	生後5か月~3歳児と保護者	10:30~11:30	10/3~12/19	6	20組40人	4500円
火	アタッチメント・ベビーマッサージ	生後2か月~未歩行児と保護者	10:30~12:00	10/10~12/26	6	20組40人	4500円
火	骨盤スリムピラティス	一般男女	19:30~20:30	10/3~12/19	10	40人	5000円
木	うさぎ先生の親子で体操	1歳半~4歳児と保護者	9:45~10:45	10/5~12/14	10	20組40人	5000円
木	らくらく骨盤体操	一般男女	11:10~12:10	10/5~12/14	10	40人	5000円
木	はじめてのハーモニカ	一般男女	12:30~13:30	10/12~12/14	8	15人	6800円※2
木	楽しく吹こうハーモニカ	一般男女	13:30~14:30	10/12~12/14	8	15人	6800円※2
木	うさぎ先生のKid's運動(木曜クラス)	小学1~3年生	16:30~17:15	10/5~12/14	10	16人	10000円
金	モーニング★ヨガ	一般男女	9:30~10:30	10/6~12/15	10	40人	5000円
金	こどもアートスクール	小学生	18:00~19:15	10/6~12/15	10	20人	10000円
金	THE筋トレファイトクラブ	18~50歳位男性	19:30~20:30	10/6~12/15	10	25人	7500円
土	うさぎ先生のKid's運動(幼児Aクラス)	4~6歳児	14:00~14:45	10/14~12/16	10	16人	10000円
土	うさぎ先生のKid's運動(幼児Bクラス)	4~6歳児	15:00~15:45	10/14~12/16	10	16人	10000円
土	うさぎ先生のKid's運動(土曜クラス)	小学1~3年生	16:00~16:45	10/14~12/16	10	16人	10000円

※1…受講料は保険料を含む(運動講座のみ)

※2…初回時にハーモニカを購入可能(要予約)

## 土浦市シティプロモーション情報【番外編】

### 第99回夏の甲子園

31年ぶりの夢舞台!

### 土浦日本大学高等学校

阪神甲子園球場で開催された第99回全国高等学校野球選手権大会に、県大会の決勝での5時間をこえる熱戦を制した土浦日大高校が、31年ぶりに出場しました。初戦では松商学園(長野県代表)と対戦し、惜しくも敗れましたが、粘りのチームとして最後の瞬間まで白熱した攻防を繰り広げました。



### 第99回夏の甲子園

31年ぶりの夢舞台!

### 土浦日本大学高等学校

