

スポーツ

大渡温水プール・トレーニングセンター

□エアロビクス
日時 4月9日～6月25日の月曜10回、午前10時30分～11時30分

□フラダンス

日時 4月9日～6月25日の月曜10回、午後7時～8時

□ピラティス
対象 中学生以下を除く、各30人(抽選)



心も体も健康に

日時 4月13日～6月22日の金曜10回、午後7時～8時

□ヨガ
日時 4月10日～6月19日の火曜10回

□太極拳
日時 4月10日～6月19日の火曜10回、午後1時30分～3時

前橋けいりん 開催日 3/7~9 3/10~23(場外)
3/21~23は利根西前売センターのみ発売

春休みを使って泳ぎの特訓

前橋テルサ温水プールで、春休み集中水泳教室を開催。
日時 3月28日(水)～30日(金)の3回、午前10時～11時

講座・教室

あなたの魅力を見つけます

若者の就職成功に向けた2つの講座を開催します。
□若者のための内定獲得ノウハウ講座

□子どもの就職のための親向けセミナー
日時 3月24日(土)午後2時～4時

□フィットネスベリーグラス
日時 4月13日～6月22日の金曜10回、午前10時30分～11時30分

□アロマボディメイキング
日時 4月3日～6月12日の火曜10回、午後7時～8時

□エアロビクス
日時 4月5日～6月14日の木曜10回、午後7時～8時

□エアロビクス
日時 4月5日～6月14日の木曜10回、午後7時～8時

□エアロビクス
日時 4月5日～6月14日の木曜10回、午後7時～8時

Table with columns: 講座名, 日時, 会場. Lists various language courses (English, Chinese, Hindi, Spanish, Italian) and their schedules.

ただし、年会費2,000円も必要
□カルチャーサロン
日時 3月17日(土)

Table for 前橋テルサフィットネススクール. Columns: 講座名, 期日. Lists various fitness classes like water aerobics, jazz dance, and stretching.

□ラグビー
日時 第2土曜・日曜(第2を除く)、午前9時～正午

春から始めるフィットネス
前橋テルサフィットネスクラブでは、4月開講講座の受講生を募集します。

高崎だより
箕郷・榛名地域で梅まつりを開催
3月下旬まで、梅の花が見ごろです。
□みさと梅まつり
日時=3月11日(日)午前10時

命を救うAEDの講習会
応急手当やAED(自動体外式除細動器)の取り扱いを学ぶ普通救命講習会を開催。
日時 3月25日(日)午前9時～正午