

令和6年度 名古屋市北スポーツセンター

月曜日 9:30~10:30 リラックスヨガ 10:45~11:45 心と体を整える ストレッチ	4月	1日	8日	15日	22日	
	5月	13日	20日	27日		
	6月	3日	10日	17日	24日	
	7月	1日	8日	22日	29日	
	8月	5日	19日	26日		
	9月	2日	9日	30日		
月曜日 19:00~20:00 ダイエットダンス & ヨガ・ピラティス	4月	8日	15日	22日		
	5月	13日	20日	27日		
	6月	3日	10日	17日	24日	
	7月	1日	8日			
	8月	お 休 み				
	9月	2日	9日	30日		
火曜日 10:45~11:45 エアロダンス	4月	9日	16日	23日	30日	
	5月	7日	14日	21日	28日	
	6月	4日	11日	18日	25日	
	7月	2日	9日	16日	23日	30日
	8月	6日	20日	27日		
	9月	3日	10日	17日	24日	
火曜日 12:40~13:40 13:50~14:50 フラダンス 19:00~20:00 キッズヒップホップダンス	4月	2日	9日	16日	23日	30日
	5月	7日	14日	21日	28日	
	6月	4日	11日	18日	25日	
	7月	2日	9日	16日	23日	30日
	8月	6日	20日	27日		
	9月	3日	10日	17日	24日	
水曜日 9:30~10:30 ファイティング エクササイズ(ライト) 10:45~11:45 ファイティング エクササイズ(ミドル)	4月	3日	10日	17日	24日	
	5月	1日	8日	15日	22日	29日
	6月	5日	12日	19日	26日	
	7月	3日	10日	17日	24日	31日
	8月	7日	21日	28日		
	9月	4日	11日	18日	25日	
木曜日 10:45~11:45 エアロピクス	4月	11日	18日	25日		
	5月	2日	9日	16日	23日	30日
	6月	6日	13日	20日	27日	
	7月	4日	11日	18日	25日	
	8月	1日	8日	22日	29日	
	9月	5日	12日	19日	26日	
木曜日 12:40~13:40 13:50~14:50 ベリーダンス 18:30~19:30 19:45~20:45 ZUMBA®	4月	4日	11日	18日	25日	
	5月	2日	9日	16日	23日	30日
	6月	6日	13日	20日	27日	
	7月	4日	11日	18日	25日	
	8月	1日	8日	22日	29日	
	9月	5日	12日	19日	26日	

※ 7月・8月の夏休み期間について、大会利用がある時は、駐車場が混雑しますのでお車でお越しの際はご注意ください。

※主催者は傷害補償制度を設けておりますが、万一事故が起きた場合は、応急処置と給付手続きを除き一切の責任は負いませんので、十分ご注意ください。

指定管理者：(公財)名古屋市教育スポーツ協会 <https://www.nespa.or.jp/>

名古屋市北スポーツセンター

〒462-0021 名古屋市北区成願寺一丁目6番12号
 tel(052)917-0501 fax(052)917-0510

