

# 令和8年度

## ミズ・フレッシュスポーツ教室

☺ 対象者 市内に居住する20歳以上の女性

☺ と き 毎週 金曜日（祝日除く）  
10:00～12:00

### 年間48回

月	4月				5月				6月				7月				8月		9月					
日	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	21	28	4	11	18	25

月	10月				11月				12月				1月				2月			3月				
日	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	8	15	22	29	5	19	26	5	12	19	26

☺ ところ 鳥栖市民体育センター  
(曾根崎町 TEL:84-5165)

☺ 内容 ダンス（スローエアロビック）  
レクリエーション、ニュースポーツなど



☺ 持参品 タオル・飲み物・室内用シューズ  
※運動できる服装でお越しください

☺ 参加費 無 料



☺ 申し込み 不要、開催日に直接会場へ

☺ 問い合わせ 鳥栖市 スポーツ振興課 TEL: 85-3522

☺ その他 体力づくりを目的としており、  
営利目的などでの勧誘行為等をご遠慮ください

☺ 主 催 鳥栖市