

パークむつざわ サッカー教室体験会開催!

5/5(土)

10:00~11:30親子サッカー教室
※お子様が8歳以下

5/12(土)

10:00~11:00 U-6クラス
11:15~12:15 U-8クラス

5/19(土)

10:00~11:00 U-10クラス
11:15~12:15 U-12クラス

5/26(土)

10:00~11:30親子サッカー教室
※お子様が8歳以上12歳以下

参加無料!

申込受付中!

「うまくなければ面白くない」
をコンセプトに将来、どこに行っても通用する
個人のスキルを身につけることが目的の、
練習内容です。
初めてボールを蹴るお子様も大歓迎です。

※他のサッカーチームに所属しているお子様も
ご参加できます。

※継続的な教室としての実施を検討しています。

対象年齢：U-6 (5~6歳)
U-8 (7~8歳)
U-10(9~10歳)
U-12(11~12歳)

定員：各クラス20名

参加料金：無料

持ち物：サッカーが出来る服装
お持ちの場合はスパイク、
サッカーボール

場所：パークむつざわ多目的広場

講師：坂野公俊 元プロサッカー選手
(海外プロチーム所属経験あり)

参加受付は先着順になります。
定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。
教室・体験会のお申込はパークむつざわまで。

TEL 0475-44-1565

無料体験会

肩こり・腰痛改善教室(60分)

肩こりや腰痛を改善するストレッチやトレーニングを行います

開講日：5/11(金) 13:15-14:15
5/18(金) 13:15-14:15
5/23(水) 13:15-14:15
5/25(金) 13:15-14:15



定員：15名
場所：パークむつざわ スタジオ
参加対象：肩こり・腰痛のお悩みの方

無料体験会

セルフストレッチ教室(30分)

自分に合った正しいストレッチを覚えましょう

開講日：5/ 9(水) 11:45-12:15
5/11(金) 11:15-11:45
5/25(金) 11:15-11:45



定員：15名
場所：パークむつざわ スタジオ
参加対象：どなたでも

無料体験会

Easy Flossing 体験会(1人1ヶ所)

千葉県でここだけ!!(今のところ)
腰痛・膝痛等の疼痛緩和、競技力向上したい方。
新感覚の施術を体験してみませんか?

開講日：5/5(土) 14:00~15:00 15:00~16:00
5/12(土) 14:00~15:00 15:00~16:00
5/19(土) 14:00~15:00 15:00~16:00
5/26(土) 14:00~15:00 15:00~16:00

定員：各時間5名
場所：パークむつざわ
スタジオ参加対象：どなたでも
※お一人様1回のご予約になります

トレーニングジムレッスン

初心者の方



¥500

オリエンテーション

経験者の方



¥500

ブラッシュアップ
トレーニング

個人レッスン



¥500

パーソナル
ストレッチ



¥1,000

パーソナル
トレーニング

トレーニング初心者から上級者までのレッスン!
場所：トレーニングジムまたはスタジオ
参加対象：どなたでも

走・跳スポーツ塾

小学生を対象とした苦手運動を
克服するための教室です

開講日：毎週水曜日 小学校低学年 15:40-16:40
小学校高学年 16:50-17:50

定員：15名
料金：¥3,240/月4回
場所：パークむつざわ アリーナ
参加対象：小学生



ヨーガ教室

運動不足の方、体力の衰えが気になる方など
ヨーガ初心者向け教室です

開講日：毎週水曜日 19:30-20:45
定員：15名
料金：¥5,400/月4回
¥1,500/1回

場所：パークむつざわ スタジオ
参加対象：どなたでも



サッカースクール指導者(コーチ)、各スポーツ教室の
インストラクター、トレーナーを募集しております。
詳細はパークむつざわまでご連絡ください。

スポーツグッズ体験販売会も同時に開催します!
この機会にぜひお試しください。



パークむつざわ
睦沢町総合運動公園

指定管理者：スマートウエルネスパークむつざわ共同事業体
〒299-4413 睦沢町上之郷 1565 TEL 0475-44-1565 FAX 0475-44-2025

<http://park-mutsuzawa.com>