

平成29年度 第3期(10~12月)定期運動教室 開講日程・料金表

※塗りつぶしは、新規開講の教室

| 教室名 | 曜日・時間 | | 日程詳細 | | | 回数 / 期 | 定期料金 / 期 (税込価格) |
|----------------------------|-------|-------------------|------------|--------------|------------|-----------|-----------------------|
| | | | 10月 | 11月 | 12月 | | |
| 初めてのヨガ | 月 | 10:00~11:00 (60分) | 2、16、23、30 | 6、20、27 | 4、11、18 | 10 | ¥5,400 |
| キッズチャレンジ YOGA (対象:4~6歳) | | 15:30~16:15 (45分) | 2、16、23、30 | 6、20、27 | 4、11、18 | 10 | ¥4,300 |
| ルンルン Step | | 19:30~20:15 (45分) | 2、16、23、30 | 6、13、20、27 | 4、18、25 | 11 | ¥4,730 |
| Body Excite | | 20:30~21:15 (45分) | 2、16、23、30 | 6、13、20、27 | 4、18、25 | 11 | ¥4,730 |
| やさしいヨガ | 火 | 13:45~14:45 (60分) | 3、10、24、31 | 7、14、28 | 5、12 | 9 | ¥4,860 |
| フラダンス (会場:軽運動室2) | | 15:00~16:00 (60分) | 3、10、24、31 | 7、14、28 | 5、12 | 9 | ¥4,860 |
| キッズチャレンジ (対象:4~6歳) | | 15:30~16:15 (45分) | 3、10、24、31 | 7、14、28 | 5、12 | 9 | ¥3,870 |
| 体育が好きになる教室 (対象:低学年) | | 16:30~17:30 (60分) | 3、10、31 | 7、14、28 | 5、12、26 | 9 | ¥4,860 |
| ボディバランス | | 19:15~20:15 (60分) | 3、10、24、31 | 7、14、28 | 5、12 | 9 | ¥4,860 |
| アナトミック骨盤ヨガ® | | 20:30~21:30 (60分) | 3、10、24、31 | 7、14、28 | 5、12 | 9 | ¥4,860 |
| ボディメイキング | 水 | 10:00~10:45 (45分) | 4、11、18、25 | 1、15、22、29 | 6、13、20 | 11 | ¥4,730 |
| ピラティス | | 11:00~12:00 (60分) | 4、11、18、25 | 1、15、22、29 | 6、13、20 | 11 | ¥5,940 |
| トライアス体操 | | 13:45~14:45 (60分) | 4、11、18、25 | 1、8、15、22、29 | 6、13、20 | 12 | ¥6,480 |
| キッズチャレンジ (対象:4~6歳) | | 15:30~16:15 (45分) | 11、18、25 | 1、8、22、29 | 6、13、20 | 10 | ¥4,300 |
| スリムDE筋トレ | | 19:00~20:00 (60分) | 4、11 | 1、8、22、29 | 6、13、20、27 | 10 | ¥5,400 |
| リフレッシュヨガ | | 20:15~21:15 (60分) | 4、11、18 | 1、8、15、29 | 6、13、20 | 10 | ¥5,400 |
| 朝ヨガ | 木 | 10:00~10:45 (45分) | 5、12、19 | 2、9、16、30 | 7 | 8 | ¥3,440 |
| バレトン | | 11:00~11:45 (45分) | 5、12、19、26 | 2、9、16、30 | 7、21 | 10 | ¥4,300 |
| エンジョイエアロ | | 13:00~14:00 (60分) | 5、12、19 | 2、9、16、30 | 7、21 | 9 | ¥4,860 |
| 太極扇 | | 15:45~16:45 (60分) | 5、12、19、26 | 2、9、16、30 | 7、21 | 10 | ¥5,400 |
| ジュニアカンフー | | 17:00~18:00 (60分) | 5、12、19、26 | 2、9、16、30 | 7、21 | 10 | ¥5,400 |
| Body Excite | | 19:15~20:15 (60分) | 5、12、19、26 | 2、9、16、30 | 7、21 | 10 | ¥5,400 |
| ボディバランス | | 20:30~21:30 (60分) | 5、12、19、26 | 2、9、16 | 7、21 | 9 | ¥4,860 |
| KaQiLa ~カキラ~ | 金 | 10:00~11:00 (60分) | 6、13、20、27 | 10、17、24 | 1、8 | 9 | ¥4,860 |
| 太極拳 | | 11:15~12:15 (60分) | 6、13、20、27 | 10、24 | 1、8 | 8 | ¥4,320 |
| ストレッチング (会場:武道場) | | 14:00~15:00 (60分) | 6、13、20、27 | 10、17、24 | 1、8 | 9 | ¥4,860 |
| キッズチャレンジ (対象:3・4歳) | | 15:30~16:15 (45分) | 6、13、20、27 | 10、17、24 | 1、8 | 9 | ¥3,870 |
| 体育が好きになる教室 | | 16:30~17:30 (60分) | 6、13、20、27 | 10、17、24 | 1、8 | 9 | ¥4,860 |
| ヨガ | | 19:30~20:30 (60分) | 6、13、20、27 | 10、17、24 | 1、8、22 | 10 | ¥5,400 |
| バレトン | | 20:45~21:30 (45分) | 6、13、20、27 | 10、17、24 | 1、8、22 | 10 | ¥4,300 |
| ボディバランス | 土 | 15:00~16:00 (60分) | 14、21、28 | 4、11、18 | 2、9 | 8 | ¥4,320 |

★都度料金とは・・・その都度、ご都合の良い日のみ受講される場合の料金です。(1回あたり:60分教室 1,080円、45分教室860円)

★定期料金とは・・・3か月間をまとめてお申込み・お支払い頂く場合の料金です。※途中登録の場合は、料金が異なります。

★振替制度とは・・・参加者のご都合で欠席される場合、最大3回まで振替が可能です。※要予約。