

平成29年度 第4期(1~3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)
			1月	2月	3月		
初めてのヨガ	10:00~11:00	(60分)	15、22、29	5、19、26	5、12	8	¥4,320
キッズチャレンジ YOGA (対象:4~6歳)	15:30~16:15	(45分)	15、22、29	5、19、26	5、12	8	¥3,440
ルンルン Step	19:30~20:15	(45分)	15、22、29	5、19、26	5、12、26	9	¥3,870
気功体操 (会場:軽運動室2)	20:00~21:00	(60分)	15、22、29	5、19、26	5、12、19	9	¥4,860
Body Excite	20:30~21:15	(45分)	15、22、29	5、19、26	5、12、26	9	¥3,870
やさしいヨガ	13:45~14:45	(60分)	9、23、30	6、13、27	6、13	8	¥4,320
フラダンス (会場:軽運動室2)	15:00~16:00	(60分)	9、23、30	6、13、27	6、13	8	¥4,320
キッズチャレンジ (対象:4~6歳)	15:30~16:15	(45分)	9、23、30	6、13、27	6、13	8	¥3,440
体育が好きになる教室 (対象:低学年)	16:30~17:30	(60分)	9、23、30	6、13、27	6、13	8	¥4,320
ボディバランス	19:15~20:15	(60分)	9、23、30	6、13、27	6、13	8	¥4,320
アナトミック骨盤ヨガ®	20:30~21:30	(60分)	9、23、30	6、13、27	6、13	8	¥4,320
ボディメイキング	10:00~10:45	(45分)	10、17、24、31	7、14、21、28	7、14	10	¥4,300
ピラティス	11:00~12:00	(60分)	10、17、24、31	7、14、21、28	7、14	10	¥5,400
トライアス体操	13:45~14:45	(60分)	10、17、24、31	7、14、21、28	7、14	10	¥5,400
キッズチャレンジ (対象:4~6歳)	15:30~16:15	(45分)	10、17、24、31	7、14、21、28	7、14	10	¥4,300
スリムDE筋トレ	19:00~20:00	(60分)	10、17、24、31	7、14、21、28	7、14	10	¥5,400
リフレッシュヨガ	20:15~21:15	(60分)	10、17、24、31	7、14、21、28	7、14	10	¥5,400
朝ヨガ	10:00~10:45	(45分)	11、18、25	8、15、22	1、8	8	¥3,440
バレトン	11:00~11:45	(45分)	11、18、25	1、8、15、22	1、8、22	10	¥4,300
エンジョイエアロ	13:00~14:00	(60分)	18	1、8、15、22	1、8、22、29	9	¥4,860
太極扇	15:40~16:40	(60分)	11、18、25	1、8、15、22	1、8	9	¥4,860
ジュニアカンフー	16:50~17:50	(60分)	11、18、25	1、8、15、22	1、8	9	¥4,860
カンフー	18:00~19:00	(60分)	11、18、25	1、8、15、22	1、8	9	¥4,860
Body Excite	19:15~20:15	(60分)	11、18、25	1、8、15、22	1、8、22	10	¥5,400
ボディバランス	20:30~21:30	(60分)	11、18、25	1、8、15、22	1、8	9	¥4,860
KaQiLa ~カキラ~	10:00~11:00	(60分)	12、19、26	2、9、16、23	2、9、30	10	¥5,400
太極拳	11:15~12:15	(60分)	12、19、26	2、9、16、23	2、9	9	¥4,860
ストレッチング (会場:武道場)	14:00~15:00	(60分)	12、19、26	2、9、16	2、9、23	9	¥4,860
キッズチャレンジ (対象:3・4歳)	15:30~16:15	(45分)	12、19、26	2、9、16、23	2、9	9	¥3,870
体育が好きになる教室	16:30~17:30	(60分)	12、19、26	2、9、16、23	2、9	9	¥4,860
ヨガ	19:30~20:30	(60分)	5、12、19、26	2、9、16、23	2、9、23	11	¥5,940
バレトン	20:45~21:30	(45分)	5、12、19、26	2、9、16、23	2、9、23	11	¥4,730
ボディバランス	15:00~16:00	(60分)	6、13、20	3、17	3、10	7	¥3,780

★振替制度とは…定期申込の方に限り、期內3回まで他教室への振替受講が可能です。※要予約。

★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)

★回数券利用 …各回数券をご購入いただき、ご都合の良い日に受講いただけます。