

2020年度 前期定期教室・キッズラボ 日程



キリンレモンスタジアム
ホームページ

定期教室	定員	曜日・時間		日程詳細					単価(税込)
				6月	7月	8月	9月	予備日	
初めてのヨガ	12	月	10:00~11:00 (60分)	8, 15, 22, 29	6, 27	3, 17, 24, 31	7, 14	9/28	¥600
キッズスマイル (会場:体育館、対象:年少)	10		15:30~16:15 (45分)	8, 22	※27	3, 24	14	9/28	¥500
ルンルン Step	12		19:30~20:15 (45分)	8, 15, 22, 29	6, 27	3, 17, 24, 31	7, 14	9/28	¥500
Body Excite	12		20:30~21:15 (45分)	8, 15, 22, 29	6, 27	3, 17, 24, 31	7, 14	9/28	¥500
健康リズム体操	12	火	10:00~11:00 (60分)	9, 23, 30	7, 28	4, 11, 25	1, 8	9/29	¥600
骨盤底筋トレーニングヨガ	12		13:45~14:45 (60分)	9, 23, 30	7, 28	4, 11, 25	1, 8	9/29	¥600
初めてのヨガ (会場:軽運動室2)	12		19:00~20:00 (60分)	9, 23, 30	7, 28	4, 11, 25	1, 8	9/29	¥600
パレトン& 骨盤底筋トレーニングヨガ	12		19:15~20:15 (60分)	9, 23, 30	7, 28	4, 11, 25	1, 8	9/29	¥600
アナトミック骨盤ヨガ®	12		20:30~21:30 (60分)	9, 23, 30	7, 28	4, 11, 25	1, 8	9/29	¥600
ボディメイキング	12	水	10:00~10:45 (45分)	10, 17, 24	1, 8, 29	5, 19, 26	2, 9, 16, 23	9/30	¥500
ピラティス	12		11:00~12:00 (60分)	10, 17, 24	1, 8, 29	5, 19, 26	2, 9, 16, 23	9/30	¥600
シニアウオーキングラボ	10		13:45~14:45 (60分)	10, 24	1, 8, 29	5, 19, 26	2, 9, 23	9/30	¥600
スリムDE筋トレ	12		19:00~20:00 (60分)	10, 24	1, 8, 29	5, 19, 26	2, 9, 23	9/30	¥600
リフレッシュヨガ	13		20:15~21:15 (60分)	10, 17	1, 8, 29	5, 12, 19	2, 9, 16, 23	9/30	¥600
パレトン	12	木	10:00~11:00 (60分)	11, 18, 25	2, 9, 30	6, 13, 20, 27	3, 10, 17	9/24	¥600
エンジョイエアロ	12		13:00~14:00 (60分)	11, 18, 25	2, 9, 30	13, 20, 27	3, 10, 17	9/24	¥600
キッズチャレンジ (対象:年中・年長)	12		15:30~16:15 (45分)	11, 18, 25	2, 9	20, 27	3, 10, 17	—	¥500
Body Excite	12		19:15~20:15 (60分)	11, 18, 25	2, 9, 30	6, 20, 27	3, 10, 17	9/24	¥600
ダイナミック コアトレ (会場:軽運動室2)	12		20:30~21:15 (45分)	11, 18, 25	2, 9, 30	6, 20, 27	3, 10, 17	9/24	¥500
ピラティス	12		20:30~21:30 (60分)	11, 18, 25	2, 9, 30	6, 20, 27	3, 10, 17	9/24	¥600
KaQila~カキラ~	12	金	10:00~11:00 (60分)	12, 19, 26	3, 10, 31	7, 21	4, 11, 18	9/25	¥600
ストレッチング	12		14:00~14:45 (45分)	12, 19	3, 10, 31	7, 21, 28	4, 11, 18	9/25	¥500
キッズチャレンジ (対象:年少)	12		15:30~16:15 (45分)	12, 19, 26	3, 10	21, 28	4, 11, 18, 25	—	¥500
体育が好きになる教室 (対象:低学年)	12		16:30~17:30 (60分)	12, 19, 26	3, 10	21, 28	4, 11, 18, 25	—	¥600
ヨガ	12		18:15~19:15 (60分)	12, 26	3, 10, 31	7, 21, 28	4, 11, 18	9/25	¥600
ヨガ	13		19:30~20:30 (60分)	12, 26	3, 10, 31	7, 21, 28	4, 11, 18	9/25	¥600
パレトン	12		20:45~21:30 (45分)	12, 26	3, 10, 31	7, 21, 28	4, 11, 18	9/25	¥500

※定期料金＝単価×残回数

キッズラボ (会場:体育館)	定員	時間		6月	7月	8月	9月	予備日	単価(税込)
火曜コース	20	15:30~16:30	(60分)	9(計測)・23	28	25	8(計測)	—	¥880
水曜コース	20			17(計測)	1	5・19	2・16(計測)	—	¥880

※キッズラボは、定期教室とは別プログラムです。お休みの場合、反対コースに振替受講できます。