

2024年度

定期教室・キッズラボ

受付開始

申込期間

継続：9月2日（月）～
新規：9月23日（月）～

※定員に満たない場合は、引き続き募集します。

※期の途中からの受講の場合は、残りの回数分をお支払いいただきます。

※お申込みの予約は承っておりませんので、必ず総合受付にて手続きをお願いいたします。

ワンコイン体験

参加費：500円

期間：10月1日（火）
 ）
 10月31日（木）

- 対象教室：少人数教室を除く、全ての教室
 - 対象者：どなたでも
- ※1教室1回のみ

新教室のお知らせ

（火）バレトン①
19:45～20:30

講師：吉武先生

開講場所：軽運動室①

閉講・変更のお知らせ

閉講：（木）うたごえ教室

講師：末富先生

閉講：（火）ポップピラティス

講師：川上先生

教室名変更

（火）

姿勢改善&体幹コントロール



姿勢改善

【お問い合わせ】 キリンレモンスタジアム体育館

TEL 0835-27-2000 FAX 0835-27-2500



定期教室 秋期(10・11・12月)日程表

2024年8月改定

教室名	定員	曜日・時間	日程詳細					回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
			10月	11月	12月	予備日				
初めてのヨガ	20	10:00~11:00	7・21・28	11・18・25	2・9・16・23		10	¥6,000	¥600	
肩甲骨ヨガ① (会場:軽運動室2)	22	10:00~11:00	7・21・28	11・18・25	2・9・16・23		10	¥6,000	¥600	
わくわくエアロ	22	19:15~20:00	7・21・28	11・18・25	2・9・16・23		10	¥5,000	¥500	
ルンルン Step	22	20:15~21:00	7・21・28	11・18・25	2・9・16・23		10	¥5,000	¥500	
教室名変更 姿勢改善	20	10:00~11:00	1・8・22・29	5・12・26	3・10・24		10	¥6,000	¥600	
骨盤底筋トレーニングヨガ	22	14:00~15:00	1・8・22・29	5・12・26	3・10・24		10	¥6,000	¥600	
ヨガ&ストレッチ (会場:軽運動室2)	20	19:00~20:00	1・8・22・29	5・12・26	3・10・24		10	¥6,000	¥600	
肩甲骨ヨガ②	22	18:30~19:30	8・22・29	5・12・26	3・10・24		9	¥5,400	¥600	
教室・講師変更 バレトン①	22	19:45~20:30	8・22・29	5・12・26	3・10・24		9	¥4,500	¥500	
うたごえ教室 (会場:会議室3)	15	10:00~11:00	2・9・23・30	6・13・20・27	4・18・25		11	¥6,600	¥600	
ボディメイキング	22	10:00~10:45	9・16・23・30	6・13・20・27	4・11・18	12/25	11	¥5,500	¥500	
ピラティス	20	11:00~12:00	9・16・23・30	6・13・20・27	4・11・18	12/25	11	¥6,600	¥600	
ウォーキングラボ	10	13:45~14:45	2・9・16・23・30	6・13・20・27	4・11・18	12/25	12	¥7,200	¥600	
サーキットエアロ	20	19:00~19:45	2・9・16・23・30	6・13・20・27	4・11・18・25		13	¥6,500	¥500	
リフレッシュヨガ	20	20:15~21:15	2・9・16・23・30	6・13・20・27	4・11・18	12/25	12	¥7,200	¥600	

教室名	定員	曜日・時間	日程詳細					回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
			10月	11月	12月	予備日				
バレトン②	22	10:00~11:00	3・10・17・24・31	14・28	5・12・19・26		11	¥6,600	¥600	
エンジョイエアロ	20	13:00~14:00	3・10・17・24	7・14・28	5・12・19	12/26	10	¥6,000	¥600	
キッズチャレンジ① (対象:年少~年長)	15	16:00~16:45	17・24	7・14	5・12		6	¥3,000	¥500	
Body Excite	22	19:15~20:15	3・10・17・24・31	7・14・28	5・12・19・26		12	¥7,200	¥600	
ダイナミック コアトレ (会場:軽運動室2)	22	20:30~21:15	3・10・17・24・31	7・14・28	5・12・19・26		12	¥6,000	¥500	
おやすみ前のピラティス	20	20:30~21:30	3・10・17・24・31	7・14・28	5・12・19	12/26	11	¥6,600	¥600	
KaQiLa ~カキラ~	20	10:00~11:00	4・11・18・25	1・8・15・29	6・13・20	12/27	11	¥6,600	¥600	
ストレッチング	20	14:00~14:45	4・11・18・25	1・8・15・29	6・13・20	12/27	11	¥5,500	¥500	
キッズチャレンジ② (対象:年少~年長)	15	16:00~16:45	18・25	8・15	6・13		6	¥3,000	¥500	
ヨガ①	22	18:30~19:30	4・11・18・25	1・8・15・29	6・13・20・27		12	¥7,200	¥600	
ヨガ②	22	19:45~20:45	4・11・18・25	1・8・15・29	6・13・20・27		12	¥7,200	¥600	
講師2名体制へ キッズスマイル (対象:年少~年長)	10	10:00~10:45	5・19	9・16	7・21	12/28	6	¥3,000	¥500	

キッズラボ(年中~低学年) (会場:軽運動室①)	定員	曜日	時間	10月	11月	12月	予備日	回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
土曜日コース	10	土	11:15~12:15	5・19	9・16	7・21	12/28	6	¥5,280	¥880

少人数教室	定員	曜日	時間	10月	11月	12月	予備日	回数	定期料金 (税込)	単価 (税込)
少人数ピラティス (会場:軽運動室2)	6	木	13:00~14:00	3・10・17・24・31	7・14・28	5・12・19	12/26	11	¥16,500	¥1,500