

【れんげじスマイルホール 教室 1月～3月期 教室日程一覧表】

←○印 コース受講日でなく、初めて参加される方向けの体験会実施日となります。

※初めてでない方でもご参加頂けます。

曜日	クラス名	対象者 (年齢など)	時間	担当	定員数	回数	料金	1月				クラス名	2月				クラス名	3月					
月曜日	朝ヨガ	16歳以上	8:55~9:55	日比 志麻	29	9	¥5,500		1/11	1/18	1/25	朝ヨガ	2/1	2/8	2/15	2/22	朝ヨガ	3/1	3/8	3/15	3/22	3/29	
	NEW ストレッチ&トランポウォーク	16歳以上	10:30~12:00	竹田 利恵子	29	12	¥7,300		1/11	1/18	1/25	ストレッチ&トランポウォーク	2/1	2/8	2/15	2/22	ストレッチ&トランポウォーク	3/1	3/8	3/15	3/22	3/29	
	変更 スタイルアップピラティス	16歳以上	13:10~13:55	玉木啓太	29	12	¥7,300	1/4		1/18	1/25	スタイルアップピラティス	2/1	2/8	2/15	2/22	スタイルアップピラティス	3/1	3/8	3/15	2/22	3/29	
	幼児 運動あそび教室	年少~年中	15:10~16:10	木村 憂子	20	10	¥6,100			1/18	1/25	幼児 運動あそび教室	2/1	2/8	2/15	2/22	幼児 運動あそび教室	3/1	3/8	3/15	3/22		
	体育運動あそび教室	年長~小2	16:25~17:25	木村 憂子	20	10	¥6,100			1/18	1/25	体育運動あそび教室	2/1	2/8	2/15	2/22	体育運動あそび教室	3/1	3/8	3/15	3/22		
火曜日	理学療法士による シニア運動教室	16歳以上	8:55~9:55	ボボラ	25	12	¥7,300	1/5	1/12	1/19	1/26	理学療法士による シニア運動教室	2/2	2/9	2/16		理学療法士による シニア運動教室	3/2	3/9	3/16	3/23	3/30	
	親子で楽しむ運動あそび(入門)	2歳~3歳	10:15~11:15	木村 憂子	25	11	¥6,700		1/12	1/19	1/26	親子で楽しむ運動あそび(入門)	2/2	2/9	2/16		親子で楽しむ運動あそび(入門)	3/2	3/9	3/16	3/23	3/30	
	はじめて ヨガ & ピラティス	16歳以上	11:35~12:35	木村 憂子	29	11	¥6,700		1/12	1/19	1/26	はじめて ヨガ & ピラティス	2/2	2/9	2/16		はじめて ヨガ & ピラティス	3/2	3/9	3/16	3/23	3/30	
	リズムワーク&お腹引締め	16歳以上	13:30~14:30	木村 憂子	29	10	¥6,100		1/12		1/26	リズムワーク&お腹引締め	2/2	2/9	2/16		リズムワーク&お腹引締め	3/2	3/9	3/16	3/23	3/30	
	カラダ引締めヨガ	16歳以上	15:00~16:00	Mayo	29	13	¥7,900	1/5	1/12	1/19	1/26	カラダ引締めヨガ	2/2	2/9	2/16	2/23	カラダ引締めヨガ	3/2	3/9	3/16	3/23	3/30	
	はじめて キッズ フラダンス	4歳~9歳	16:30~17:30	松下恵美子	25	11	¥6,700		1/12	1/19	1/26	はじめて キッズ フラダンス	2/2	2/9	2/16	2/23	はじめて キッズ フラダンス		3/9	3/16	3/23	3/30	
水曜日	理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(大人)	16歳以上	8:55~9:55	ボボラ	25	10	¥6,100	1/6	1/13	1/20		理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(大人)	2/3	2/10	2/17		理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(大人)	3/3	3/10	3/17	3/24		
	変更 骨盤ケア&赤ちゃんの発達を促すエクササイズ	0歳2ヶ月~1歳	8:55~9:55	ボボラ	25	3	¥1,900				1/27	骨盤ケア&赤ちゃんの発達を促すエクササイズ			2/24		骨盤ケア&赤ちゃんの発達を促すエクササイズ					3/31	
	親子ではじめる リズム&ダンス(水)	0歳6ヶ月~4歳	10:15~11:00	唐澤 綾	29	11	¥6,700		1/13	1/20	1/27	親子ではじめる リズム&ダンス(水)	2/3	2/10	2/17	2/24	親子ではじめる リズム&ダンス(水)	3/3	3/10	3/17	3/24		
	ふれあいベビーマッサージ	0歳2ヶ月~0歳8ヶ月	11:20~12:05	高橋 純	10	6	¥3,700	1/6		1/20		ふれあいベビーマッサージ	2/3		2/17		ふれあいベビーマッサージ	3/3		3/17			
	ピアノの先生によるリズム運動あそび	2歳~3歳	11:20~12:05	青木 英姫	15	6	¥3,700		1/13		1/27	ピアノの先生によるリズム運動あそび		2/10		2/24	ピアノの先生によるリズム運動あそび		3/10			3/24	
	アロマリラクソスヨガ(初心者向け)	16歳以上	13:30~14:15	Mayo	29	13	¥7,900	1/6	1/13	1/20	1/27	アロマリラクソスヨガ(初心者向け)	2/3	2/10	2/17	2/24	アロマリラクソスヨガ(初心者向け)	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31	
	はじめてみよう ストリートダンス(初級)	3歳~12歳	16:30~17:15	唐澤 綾	36	11	¥6,700		1/13	1/20	1/27	はじめてみよう ストリートダンス(初級)	2/3	2/10	2/17	2/24	はじめてみよう ストリートダンス(初級)	3/3	3/10	3/17	3/24		
	はじめてみよう ストリートダンス(中級)	3歳~12歳	17:15~17:45	唐澤 綾	36	11	¥6,700		1/13	1/20	1/27	はじめてみよう ストリートダンス(中級)	2/3	2/10	2/17	2/24	はじめてみよう ストリートダンス(中級)	3/3	3/10	3/17	3/24		
パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	16歳以上	19:15~20:00	インストラクター	39	13	¥7,900	1/6	1/13	1/20	1/27	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	2/3	2/10	2/17	2/24	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31		
メガダンス	16歳以上	20:20~21:05	U-ko	29	13	¥7,900	1/6	1/13	1/20	1/27	メガダンス	2/3	2/10	2/17	2/24	メガダンス	3/3	3/10	3/17	3/24	3/31		
金曜日	理学療法士による肩こり腰痛ケア教室	16歳以上	8:55~9:55	ボボラ	25	12	¥7,300		1/8	1/15	1/22	1/29	理学療法士による肩こり腰痛ケア教室	2/5	2/12	2/19	2/26	理学療法士による肩こり腰痛ケア教室	3/5	3/12	3/19	3/26	
	よちよち運動あそび&ママリフレッシュ	つたい歩き~2歳	10:15~11:00	川井菜採	25	10	¥6,100		1/8	1/15	1/22	1/29	よちよち運動あそび&ママリフレッシュ	2/5	2/12	2/19		よちよち運動あそび&ママリフレッシュ	3/5	3/12	3/19		
	ZUMBA	16歳以上	11:15~12:00	U-ko	29	12	¥7,300		1/8	1/15	1/22	1/29	ZUMBA	2/5	2/12	2/19	2/26	ZUMBA	3/5	3/12	3/19	3/26	
	はじめてのフラダンス	16歳以上	13:00~14:00	松下恵美子	20	6	¥3,700		1/8		1/22		はじめてのフラダンス		2/12		2/26	はじめてのフラダンス		3/12			3/26
	NEW シニアヨガ	16歳以上	13:00~14:00	牧野絵美果	29	6	¥3,700			1/15		1/29	シニアヨガ	2/5		2/19		シニアヨガ	3/5		3/19		
	理学療法士による 幼児体づくり教室	4歳~6歳	15:10~16:10	ボボラ	25	6	¥3,700		1/8		1/22		理学療法士による 幼児体づくり教室		2/12		2/26	理学療法士による 幼児体づくり教室		3/12			3/26
	体育の家庭教師(運動あそび~)	年中・年長	15:10~16:10	川井菜採	9	6	¥3,700			1/15		1/29	体育の家庭教師(運動あそび~)	2/5		2/19		体育の家庭教師(運動あそび~)	3/5		3/19		
	はじめてみよう ストリートダンス(中級)	3歳~12歳	16:30~17:15	唐澤 綾	36	11	¥6,700		1/8	1/15	1/22	1/29	はじめてみよう ストリートダンス(中級)	2/5	2/12	2/19	2/26	はじめてみよう ストリートダンス(中級)	3/5	3/12	3/19		
	はじめてみよう ストリートダンス(上級)	3歳~12歳	17:15~17:45	唐澤 綾	36	11	¥6,700		1/8	1/15	1/22	1/29	はじめてみよう ストリートダンス(上級)	2/5	2/12	2/19	2/26	はじめてみよう ストリートダンス(上級)	3/5	3/12	3/19		
	夜ヨガ	16歳以上	19:10~19:55	木村 憂子	29	6	¥3,700		1/8		1/22		夜ヨガ		2/12		2/26	夜ヨガ		3/12			3/26
燃焼系エクササイズ(金)	16歳以上	20:15~21:00	渡邊ユウスケ	29	6	¥3,700		1/8		1/22		燃焼系エクササイズ(金)		2/12		2/26	燃焼系エクササイズ(金)		3/12			3/26	
土曜日	NEW 早朝開場プレイゾーンでの親子あそび方教室	2歳~小3	9:00~9:45	インストラクター	15	都度	¥500		1/9		1/23	早朝開場プレイゾーンでの親子あそび方教室	2/13		2/27		早朝開場プレイゾーンでの親子あそび方教室	3/13				3/27	
	理学療法士による小学生体づくり教室	小1~小6	9:00~10:00	ボボラ	25	6	¥3,700		1/9		1/23	理学療法士による小学生体づくり教室	2/13		2/27		理学療法士による小学生体づくり教室	3/13				3/27	
	親子で楽しむ運動あそび(初級)	4歳~6歳	9:00~10:00	川井 菜採	25	6	¥3,700			1/16		1/30	親子で楽しむ運動あそび(初級)	2/6		2/20		親子で楽しむ運動あそび(初級)	3/6		3/20		
	メガダンス(土)	16歳以上	16:30~17:15	U-ko	29	6	¥3,700		1/9		1/23	メガダンス(土)		2/13		2/27	メガダンス(土)		3/13			3/27	
	おやこていご(未就園)	2~3歳	10:20~11:00	パンナフェスター	15	月謝制	¥3,300		1/9		1/23	おやこていご(未就園)		2/13		2/27	おやこていご(未就園)		3/13			3/27	
ロボットプログラミング(自考力)午前	少1~小3向け	11:15~12:15	アーテック	5	月謝制	¥9,900		1/9	1/16	1/23	ロボットプログラミング(自考力)午前	2/6	2/13	2/20		ロボットプログラミング(自考力)午前	3/6	3/13	3/20				
日曜日	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	16歳以上	9:00~9:45	インストラクター	29	11	¥6,700		1/10	1/17	1/24	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	2/7	2/14	2/21	2/28	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	3/7	3/14	3/21	3/28		
	親子ではじめる リズム&ダンス(日)	0歳6ヶ月~6歳	10:15~11:00	唐澤 綾	29	3	¥1,900				1/24	親子ではじめる リズム&ダンス(日)				2/28	親子ではじめる リズム&ダンス(日)		3/14				
	NEW はじめよう親子で運脳パーク	年少~年長	10:15~11:15	長谷部誠 Yoko-777	20	5	¥3,100			1/17		はじめよう親子で運脳パーク		2/14	2/21		はじめよう親子で運脳パーク		3/7			3/21	

※開講数に変更がある場合がございます。ご了承ください。

《1カ月コース料金について》

※開講回数によって月謝が異なります。(月の開講数によって金額が異なりますのでご了承ください)

開講数	金額
5回	¥3,600
4回	¥2,900
3回	¥2,200
2回	¥1,500