

【教室日程一覧表（時間変更）】

曜日	クラス名	対象者 (年齢など)	時間	担当	定員数	回数	料金	4月					5月					6月					
月曜日	朝ヨガ	16歳以上	8:55~9:55	日比 志麻	29	10	¥6,100			4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25		6/1	6/8	6/15	6/22	
	理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(子連れ)	16歳以上	10:15~11:00	ボボラ	25	7	¥4,300			4/13		4/27				5/18	5/25		6/1		6/15	6/29	
	ベビーダンス	0歳3ヶ月~2歳	10:15~11:00	遠藤ちよ	20	4	¥2,500				4/20				5/11					6/8		6/22	
	スタイルアップピラティス	16歳以上	13:00~13:45	玉木啓太	29	12	¥7,300	4/6		4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25		6/1	6/8	6/15	6/22	6/29
	幼児 運動あそび教室	年少~年中	15:10~16:10	木村 優子	20	10	¥6,100			4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25			6/8	6/15	6/22	6/29
	体育 運動あそび教室	年長~小2	16:25~17:25	木村 優子	20	10	¥6,100			4/13	4/20	4/27			5/11	5/18	5/25			6/8	6/15	6/22	6/29
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	4/7		4/14	4/21	4/28			5/12	5/19	5/26		6/2	6/9	6/16	6/23	6/30
	親子で楽しむ 運動あそび(入門)	2歳~3歳	10:15~11:15	木村 優子	25	11	¥6,700			4/14	4/21	4/28			5/12	5/19	5/26		6/2	6/9	6/16	6/23	6/30
	はじめてヨガ&ピラティス	16歳以上	11:35~12:35	木村 優子	29	11	¥6,700			4/14	4/21	4/28			5/12	5/19	5/26		6/2	6/9	6/16	6/23	6/30
	リズムウォーク&お腹引締め	16歳以上	13:30~14:30	木村 優子	29	11	¥6,700			4/14	4/21	4/28			5/12	5/19	5/26		6/2	6/9	6/16	6/23	6/30
	カラダ引締めヨガ	16歳以上	15:00~16:00	Mayo	29	12	¥7,300	4/7		4/14	4/21	4/28			5/12	5/19	5/26		6/2	6/9	6/16	6/23	6/30
	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			4/14	4/21	4/28			5/12	5/19	5/26		6/2	6/9	6/16	6/23	6/30
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			4/8	4/15	4/22			5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
	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	9	¥5,500			4/8	4/15	4/22			5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17		
	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 絢	10	5	¥3,100				4/15		4/29			5/20			6/3		6/17		
	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			4/8		4/22			5/13		5/27			6/10		6/24	
	アロマリラククスヨガ(初心者向け)	16歳以上	13:30~14:15	Mayo	29	11	¥6,700			4/8	4/15	4/22	4/29			5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24
	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	29	9	¥5,500			4/8	4/15	4/22			5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17		
	はじめてみようストリートダンス(初中級)	3歳~12歳	17:15~17:45	唐澤 綾	29	9	¥5,500			4/8	4/15	4/22			5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17		
	パンチ・キック燃焼系エクササイズ(初級)水	16歳以上	19:15~20:00	インストラクター	29	11	¥6,700			4/8	4/15	4/22	4/29			5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24
メガダンス	16歳以上	20:20~21:05	U-ko	29	11	¥6,700			4/8	4/15	4/22	4/29			5/13	5/20	5/27		6/3	6/10	6/17	6/24	
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	20	13	¥7,900	4/3		4/10	4/17	4/24			5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26
	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	川井葉探	20	10	¥6,100			4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19		
	ZUMBA	16歳以上	11:15~12:00	U-ko	29	13	¥7,900	4/3		4/10	4/17	4/24			5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26
	はじめてのフラダンス	16歳以上	13:00~14:00	松下恵美子	20	11	¥6,700			4/10		4/24			5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26
	開講中止	午後はゆったりお昼寝エクササイズ	16歳以上	14:15~15:00	インストラクター	20	3	¥1,900				4/24						5/22					6/26
	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	20	6	¥3,700			4/10		4/24			5/8		5/22			6/12		6/26	
	みんなで楽しむ 運動あそび	年中~年長	15:10~16:10	川井葉探	20	6	¥3,700				4/17			5/1		5/15		5/29	6/5		6/19		
	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	29	10	¥6,100			4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19		
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	29	10	¥6,100			4/10	4/17	4/24			5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19			
夜ヨガ	16歳以上	19:10~19:55	木村 優子	29	6	¥3,700			4/10		4/24			5/8		5/22			6/12		6/26		
パンチ・キック燃焼系エクササイズ(初級)金	16歳以上	20:15~21:00	渡邊ユウスケ	29	6	¥3,700			4/10		4/24			5/8		5/22			6/12		6/26		
開講中止	かんたんヨガ	16歳以上	9:00~9:45	インストラクター	30	1回単位	¥900			4/11				5/9								6/27	
土曜日	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	3	¥1,900				4/25						5/30		6/13				
	親子で楽しむ 運動あそび(初級)	4歳~6歳	9:00~10:00	川井 葉探	20	5	¥3,100				4/18		4/26			5/16			6/6		6/20		
日曜日	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)日	16歳以上	9:00~9:45	インストラクター	20	12	¥7,300	4/5		4/12	4/19	4/26			5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	
	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					4/26					5/24			6/14			

※教室によって回数が異なります。ご注意ください。
 ※開講数に変更がある場合がございます。ご了承ください