

【れんげじスマイルホール 教室 10月～12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	10月					クラス名	11月					クラス名	12月				
月曜日	朝ヨガ	16歳以上	8:55~9:55	日比 志麻	29	9	¥5,500	10/5	10/12	10/19	10/26		朝ヨガ	11/2	11/9	11/16		11/30	朝ヨガ	12/7	12/14	12/21	12/28	
	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	13	¥7,900	10/5	10/12	10/19	10/26		スタイルアップピラティス	11/2	11/9	11/16	11/23	11/30	スタイルアップピラティス	12/7	12/14	12/21	12/28	
	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	10/5	10/12		10/26		幼児 運動あそび教室	11/2	11/9	11/16		11/30	幼児 運動あそび教室	12/7	12/14	12/21		
	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	10/5	10/12		10/26		体育運動あそび教室	11/2	11/9	11/16		11/30	体育運動あそび教室	12/7	12/14	12/21		
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	ポボラ	25	11	¥6,700	10/6	10/13	10/20	10/27		理学療法士による シニア運動教室		11/10	11/17	11/24		理学療法士による シニア運動教室	12/1	12/8	12/15	12/22	
	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	9	¥5,500	10/6	10/13	10/20	10/27		親子で楽しむ運動あそび(入門)		11/10	11/17	11/24		親子で楽しむ運動あそび(入門)	12/1	12/8	12/15	12/22	
	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	10/6	10/13	10/20	10/27		はじめて ヨガ & ピラティス		11/10	11/17	11/24		はじめて ヨガ & ピラティス	12/1	12/8	12/15	12/22	
	リズムワーク&お腹引締め	16歳以上	13:30~14:30	木村 憂子	29	11	¥6,700	10/6	10/13	10/20	10/27		リズムワーク&お腹引締め		11/10	11/17	11/24		リズムワーク&お腹引締め	12/1	12/8	12/15	12/22	
	カラダ引締めヨガ	16歳以上	15:00~16:00	Mayo	29	11	¥6,700	10/6	10/13	10/20	10/27		カラダ引締めヨガ		11/10	11/17	11/24		カラダ引締めヨガ	12/1	12/8	12/15	12/22	
	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	10/6	10/13	10/20	10/27		はじめて キッズ フラダンス		11/10	11/17	11/24		はじめて キッズ フラダンス	12/1	12/8	12/15	12/22	
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	ポボラ	25	9	¥5,500	10/7	10/14	10/21		理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(大人)	11/4	11/11	11/18		理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(大人)	12/2	12/9	12/16				
	変更 骨盤ケア&赤ちゃんの正しい姿勢講座	16歳以上	8:55~9:55	ポボラ	25	3	¥1,900				10/28		理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(子連れ)				11/25	理学療法士による 女性の為の骨盤ケア(子連れ)					12/23	
	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	10/7	10/14	10/21	10/28		親子ではじめる リズム&ダンス (水)	11/4	11/11	11/18	11/25	親子ではじめる リズム&ダンス (水)	12/2	12/9	12/16			
	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	6	¥3,700		10/14		10/28		ふれあいベビーマッサージ		11/11		11/25	ふれあいベビーマッサージ		12/9			12/23	
	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 美姫	15	6	¥3,700	10/7		10/21			ピアノの先生によるリズム運動あそび	11/4		11/18		ピアノの先生によるリズム運動あそび	12/2				12/16	
	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	12	¥7,300	10/7	10/14	10/21	10/28		アロマリラクソスヨガ(初心者向け)	11/4	11/11	11/18	11/25	アロマリラクソスヨガ(初心者向け)	12/2	12/9	12/16	12/23		
	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	10/7	10/14	10/21	10/28		はじめてみよう ストリートダンス (初級)	11/4	11/11	11/18	11/25	はじめてみよう ストリートダンス (初級)	12/2	12/9	12/16			
	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	36	11	¥6,700	10/7	10/14	10/21	10/28		はじめてみよう ストリートダンス (初中級)	11/4	11/11	11/18	11/25	はじめてみよう ストリートダンス (初中級)	12/2	12/9	12/16			
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	40	12	¥7,300	10/7	10/14	10/21	10/28		パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	11/4	11/11	11/18	11/25	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	12/2	12/9	12/16	12/23			
メガダンス	16歳以上	20:20~21:05	U-ko	29	12	¥7,300	10/7	10/14	10/21	10/28		メガダンス	11/4	11/11	11/18	11/25	メガダンス	12/2	12/9	12/16	12/23			
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	ポボラ	25	13	¥7,900	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	理学療法士による肩こり腰痛ケア教室	11/6	11/13	11/20	11/27	理学療法士による肩こり腰痛ケア教室	12/4	12/11	12/18	12/25		
	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	11	¥6,700	10/2	10/9	10/16	10/23		よちよち運動あそび&ママリフレッシュ	11/6	11/13	11/20	11/27	よちよち運動あそび&ママリフレッシュ		12/11	12/18	12/25		
	ZUMBA	16歳以上	11:15~12:00	U-ko	29	13	¥7,900	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	ZUMBA	11/6	11/13	11/20	11/27	ZUMBA	12/4	12/11	12/18	12/25		
	はじめてのフラダンス	16歳以上	13:00~14:00	松下恵美子	20	9	¥5,500	10/2	10/9	10/16	10/23		はじめてのフラダンス	11/6	11/13	11/20	11/27	はじめてのフラダンス	12/4	12/11	12/18	12/25		
	理学療法士による 幼児体づくり教室	4歳~6歳	15:10~16:10	ポボラ	25	6	¥3,700		10/9		10/23		理学療法士による 幼児体づくり教室		11/13		11/27	理学療法士による 幼児体づくり教室		12/11		12/25		
	変更 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	10/2		10/16			体育の家庭教師 (運動あそび~)	11/6		11/20		体育の家庭教師 (運動あそび~)	12/4		12/18			
	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	12	¥7,300	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	はじめてみよう ストリートダンス (中級)	11/6	11/13	11/20	11/27	はじめてみよう ストリートダンス (中級)	12/4	12/11	12/18			
	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	12	¥7,300	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	はじめてみよう ストリートダンス (上級)	11/6	11/13	11/20	11/27	はじめてみよう ストリートダンス (上級)	12/4	12/11	12/18			
	夜ヨガ	16歳以上	19:10~19:55	木村 憂子	29	6	¥3,700		10/9		10/23		夜ヨガ		11/13		11/27	夜ヨガ		12/11		12/25		
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		10/9		10/23		燃焼系エクササイズ(金)		11/13		11/27	燃焼系エクササイズ(金)		12/11		12/25			
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	ポボラ	25	6	¥3,700		10/10		10/24		理学療法士による小学生体づくり教室		11/14		11/28	理学療法士による小学生体づくり教室		12/12		12/26		
	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	10/3		10/17		親子で楽しむ運動あそび(初級)	11/7		11/21		親子で楽しむ運動あそび(初級)	12/5		12/19				
	NEW メガダンス (土)	16歳以上	16:30~17:15	U-ko	29	6	¥3,700		10/10		10/24		メガダンス (土)		11/14		11/28	メガダンス (土)		12/12		12/26		
	おやこでえいご(未就園)	2~3歳	10:20~11:00	パソナフォスター	15	月謝制	¥3,300		10/10		10/24		おやこでえいご(未就園)		11/14		11/28	おやこでえいご(未就園)		12/12		12/26		
	おやこでえいご(園児初学者)	4~6歳	11:10~11:50	パソナフォスター	15	月謝制	¥3,300		10/10		10/24		おやこでえいご(園児初学者)		11/14		11/28	おやこでえいご(園児初学者)		12/12		12/26		
	ロボットプログラミング(自考力)	少1~小3向け	13:00~14:00	アーテック	5	月謝制	¥9,900		10/10	10/17	10/24		ロボットプログラミング(自考力)	11/7	11/14	11/21		ロボットプログラミング(自考力)	12/5	12/12	12/19			
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	10/4	10/11	10/18	10/25		パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	11/1	11/8		11/22	パンチキック燃焼系エクササイズ(初級)	12/6	12/13	12/20	12/27		
	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				10/25		親子ではじめる リズム&ダンス (日)				11/22	親子ではじめる リズム&ダンス (日)		12/13				

※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
4回	¥2,900
3回	¥2,200
2回	¥1,500