

◆ フィットネス教室 ◆

※フィットネス種目は複数申込が可能です。ただし、すべて受講される場合に限りです。

No.	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料(税込)			指導員	期間
						一般	65歳以上の方	障がいのある方		
29	椅子を活用した健美操	木	13:30~14:30	11	12	12,100円	8,800円	7,150円	高野 里香	7/2~9/17
30	健美操(火)	火	10:30~12:00	10	30	11,000円	8,000円	6,500円	高野 里香	7/14~9/29
31	健美操(金)	金	9:50~10:50	11	25	12,100円	8,800円	7,150円	高野 里香	7/3~9/18
32	ヨガ(水)	水	9:30~11:00	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	佳代	7/1~9/30
33	ヨガ(木)	木	9:30~11:00	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	ヨガライフスクール	7/2~9/24
34	ヨガ(金)	金	9:30~11:00	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	ヨガライフスクール	7/3~9/25
35	ナイトピラティス(水)	水	19:00~20:30	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	原野 すみれ	7/1~9/30
36	ピラティス(土)	土	10:45~12:00	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	伊藤 はるか	7/4~9/26
98	ピラティス(土)②	土	9:15~10:30	12	25	13,200円	9,600円	7,800円	伊藤 はるか	7/4~9/26
37	バレトンソールシンセシス	金	19:30~20:30	12	25	13,200円	9,600円	7,800円	今 香穂里	7/3~9/25
38	ビューティーボディメイク	水	13:00~14:30	11	25	12,100円	8,800円	7,150円	達 浩美	7/1~9/30
39	美カラダ目指して健康体操	火	11:00~12:15	11	25	12,100円	8,800円	7,150円	大嶋 春香	7/7~9/29
40	やさしいクラシックバレエ(金) ※1	金	11:15~12:30	12	20	13,200円	9,600円	7,800円	阿部 由香	7/3~9/25
41	やさしいクラシックバレエⅠ(火) ※1	火	13:50~15:05	10	20	11,000円	8,000円	6,500円	阿部 由香	7/7~9/29
42	やさしいクラシックバレエⅡ(火) ※2	火	15:10~15:50	10	20	9,000円	7,000円	6,000円	阿部 由香	7/7~9/29
43	太極拳初級	水	13:00~14:30	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	沖野	7/1~9/30
44	太極拳中級	水	11:20~12:50	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	沖野	7/1~9/30
45	ZUMBA(火)	火	19:30~20:30	10	25	11,000円	8,000円	6,500円	Saya	7/7~9/15
46	ZUMBA(木)	木	13:00~14:00	11	25	12,100円	8,800円	7,150円	Saya	7/2~9/17
47	ZUMBA(金)	金	10:00~11:00	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	Saya	7/3~9/18
48	スッカリシェイプ	火	9:45~10:45	10	25	11,000円	8,000円	6,500円	Saya	7/7~9/15
49	ダンスエアロ	金	11:15~12:15	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	Saya	7/3~9/18
50	フラダンス初級コース・アカヒ	金	12:45~13:45	12	25	13,200円	9,600円	7,800円	小嶋 絵里	7/3~9/25
51	フラダンス中級コース・キエキエ	金	14:00~15:15	12	25	13,200円	9,600円	7,800円	小嶋 絵里	7/3~9/25
52	ひざこし筋力UP運動①※3	水	13:30~14:30	11	12	12,100円	8,800円	7,150円	前田 淑絵	7/1~9/30
53	ひざこし筋力UP運動②※3	水	14:40~15:40	11	12	12,100円	8,800円	7,150円	前田 淑絵	7/1~9/30
54	はねないトランポリンエクササイズ	月	10:00~11:00	8	15	8,800円	6,400円	5,200円	シンデレラトレーナーズ	7/6~9/14
55	トランポリンエクササイズ	月	19:00~20:00	8	15	8,800円	6,400円	5,200円	シンデレラトレーナーズ	7/6~9/14
56	健康ストレッチ	月	12:45~14:00	8	25	8,800円	6,400円	5,200円	達 浩美	7/6~9/14
57	整う姿勢改善	月	14:15~15:15	8	25	8,800円	6,400円	5,200円	達 浩美	7/6~9/14
58	やさしいピラティス(月)	月	11:30~12:30	8	30	8,800円	6,400円	5,200円	和田 真里	7/6~9/14
59	楽しく笑って若返り体操①※4	月	10:00~11:00	8	12	8,800円	6,400円	5,200円	古川 亜優美	7/6~9/14
60	楽しく笑って若返り体操②※4	月	11:15~12:15	8	12	8,800円	6,400円	5,200円	古川 亜優美	7/6~9/14
61	レズミルズボディコンパット(水)	水	19:45~20:45	12	20	15,000円	13,800円	12,000円	FANTREPOT	7/1~9/30
62	レズミルズボディコンパット(土)	土	19:00~20:00	12	20	15,000円	13,800円	12,000円	FANTREPOT	7/4~9/26

※1 女性向けの内容となります。No.40とNo.41の指導カリキュラムは同じです。

※2 こちらの教室はNo.41の教室を受講される方が申込み可能です。

※3 No.52とNo.53の指導カリキュラムは同じです。

※4 No.59とNo.60の指導カリキュラムは同じです。

教室申込はWEBが便利

受講者の方には「受講者カード」をお渡ししています。

すでにカードをお持ちの方は「初回ユーザー登録」
していただくことで教室申込みが簡単になります。

※受講者カードをお持ちでない方もWEB申込み可能です。

- 申込期間中、パソコン・スマートフォン・タブレット等での申込みができます。
- 申込期間中は24時間お申込み可能です。
- お申込み教室の抽選結果をメールでお知らせします。

WEB申込み
フォーム



施設からの
お知らせ

～駐車場のご利用について～

当施設の駐車場は敷地が狭く、駐車可能台数が限られております。
各教室の開始前後は混雑が予想され、一時的に満車となる場合がございます。
満車時は近隣のコインパーキングのご利用をお願いいたします。
可能な方は公共交通機関でのご来館のご協力をお願いいたします。



Instagram
教室・イベント情報
公式アカウント
フォローお待ちしております

LINE
公式アカウント
友だち登録お待ちしております