

令和4年9月～12月 定期教室追加募集 空き人数
※8/22(月)10:00～ 申込開始

曜日	教室名	時間	金額	回数	空き人数	日 程															
月	スタイルアップトレーニング	19:10-19:55	¥8,680	14回	残り5名	9/5	9/12	祝日	9/26	10/3	祝日	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19
	かんたんピラティス	20:10-20:55	¥8,680	14回	残り0名																
火	フレイル予防体操	9:30-10:20	¥7,210	16回	残り8名	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20
	体幹&ストレッチ	10:35-11:25	¥9,920	16回	残り6名																
	ZUMBA	11:40-12:30	¥9,920	16回	残り0名																
	ポール&リングストレッチ	13:05-13:50	¥9,920	16回	残り3名																
	ピラティス	14:00-14:50	¥9,920	16回	残り0名																
水	ヨガ	11:05-11:55	¥6,820	11回	残り4名	9/7	休館日	9/21	9/28	10/5	休館日	10/19	10/26	11/2	休館日	11/16	祝日	11/30	12/7	休館日	12/21
	ストレッチ&ピラティス	12:05-12:55	¥6,820	11回	残り0名																
	ボディシェイプ	13:10-13:55	¥6,820	11回	残り9名																
	バレトン	14:05-14:50	¥6,820	11回	残り8名																
木	フレイル予防体操	9:30-10:20	¥6,760	15回	残り7名	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	祝日	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22
	ZUMBA	10:35-11:25	¥9,300	15回	残り0名																
	フラダンス	11:40-12:40	¥9,300	15回	残り0名																
	はじめてのバレトン	19:10-19:55	¥9,300	15回	残り9名																
	リラックスヨガ	20:10-20:55	¥9,300	15回	残り7名																
金	健康体操	11:10-11:55	¥6,760	15回	残り2名	9/9	9/16	祝日	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23
	コアトレーニング	12:05-12:50	¥9,300	15回	残り0名																
	かんたんフラダンス	19:10-19:55	¥9,300	15回	残り3名																
	夜ヨガ	20:05-20:55	¥9,300	15回	残り0名																

※8/22(月)10:00～9/4(日)18:00 先着順でお電話にてお申込みとなります。
・お申込みの際にご入金いただきます。※現金のみ
・お申込みは電話申込のみとなります。
■お問い合わせ:03-3328-3146

