

令和5年1月～3月 定期教室追加募集 空き人数

※1/5(木)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	¥6,200	10回	残り6名	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	
	かんたんピラティス	20:10-20:55	¥6,200	10回	満員											
火	フレイル予防体操	9:30-10:20	¥4,500	10回	残り3名	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14	
	体幹&ストレッチ	10:35-11:25	¥6,200	10回	残り3名											
	ZUMBA	11:40-12:30	¥6,200	10回	満員											
	ポール&リングストレッチ	13:05-13:50	¥6,200	10回	残り3名											
	ピラティス	14:00-14:50	¥6,200	10回	満員											
水	ヨガ	11:05-11:55	¥4,960	8回	残り4名	休館日	1/18	1/25	2/1	休館日	2/15	2/22	3/1	休館日	3/15	3/22
	ストレッチ&ピラティス	12:05-12:55	¥4,960	8回	満員											
	ボディシェイプ	13:10-13:55	¥4,960	8回	残り9名											
	バレトン	14:05-14:50	¥4,960	8回	残り9名											
木	フレイル予防体操	9:30-10:20	¥4,500	10回	残り7名	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	祝日	3/2	3/9	3/16	3/23
	ZUMBA	10:35-11:25	¥6,200	10回	満員											
	フラダンス	11:40-12:40	¥6,200	10回	残り1名											
	はじめてのバレトン	19:10-19:55	¥6,200	10回	残り9名											
	リラックスヨガ	20:10-20:55	¥6,200	10回	残り9名											
金	健康体操	11:10-11:55	¥4,950	11回	満員	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17	3/24
	コアトレーニング	12:05-12:50	¥6,820	11回	残り1名											
	かんたんフラダンス	19:10-19:55	¥6,820	11回	残り2名											
	夜ヨガ	20:05-20:55	¥6,820	11回	残り1名											

※1/5(木)10:00～1/9(月・祝)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みのみとなります。

■お問い合わせ:03-3328-3146

