

# 令和5年 4月～6月定期制フロア教室 回数割表

## ※5/8(月) 10:00～受付 先着順

残り回数 開催日					⑧ 5/8	⑦ 5/15	⑥ 5/22	⑤ 5/29	④ 6/5	③ 6/12	② 6/19	① 6/26	
月	スタイルアップトレーニング	19:10-19:55	残り2名	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	かんたんピラティス	20:10-20:55	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
残り回数 開催日					⑧ 5/9	⑦ 5/16	⑥ 5/23	⑤ 5/30	④ 6/6	③ 6/13	② 6/20	① 6/27	
火	フレイル予防体操	9:30-10:20	満員	3,600円	全8回	3,600円	3,150円	2,700円	2,250円	1,800円	1,350円	900円	450円
	体幹&ストレッチ	10:35-11:25	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	ZUMBA	11:40-12:30	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	ポール&リングストレッチ	13:05-13:50	残り4名	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	ピラティス	14:00-14:50	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
残り回数 開催日					休館日	⑥ 5/17	⑤ 5/24	④ 5/31	③ 6/7	休館日	② 6/21	① 6/28	
水	ヨガ	11:05-11:55	満員	3,720円	全6回	/	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	/	1,240円	620円
	ストレッチ&ピラティス	12:05-12:55	満員	3,720円	全6回	/	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	/	1,240円	620円
	ボディシェイプ	13:10-13:55	残り8名	3,720円	全6回	/	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	/	1,240円	620円
	バレトン	14:05-14:50	残り7名	3,720円	全6回	/	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	/	1,240円	620円
残り回数 開催日					⑧ 5/11	⑦ 5/18	⑥ 5/25	⑤ 6/1	④ 6/8	③ 6/15	② 6/22	① 6/29	
木	フレイル予防体操	9:30-10:20	残り5名	3,600円	全8回	3,600円	3,150円	2,700円	2,250円	1,800円	1,350円	900円	450円
	ZUMBA	10:35-11:25	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	フラダンス	11:40-12:40	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	はじめてのバレトン	19:10-19:55	残り5名	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	リラックスヨガ	20:10-20:55	残り8名	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
残り回数 開催日					⑧ 5/12	⑦ 5/19	⑥ 5/26	⑤ 6/2	④ 6/9	③ 6/16	② 6/23	① 6/30	
金	健康体操	11:10-11:55	満員	3,600円	全8回	3,600円	3,150円	2,700円	2,250円	1,800円	1,350円	900円	450円
	コアトレーニング	12:05-12:50	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	かんたんフラダンス	19:10-19:55	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円
	夜ヨガ	20:05-20:55	満員	4,960円	全8回	4,960円	4,340円	3,720円	3,100円	2,480円	1,860円	1,240円	620円