

# 令和5年7月～8月 夏期短期教室追加募集 空き人数

※6/19(月)10:00～受付開始

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

※6/19(月)10:00～先着順での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  
 ・お申込みは永福体育館1F 総合受付までお越してください。  
 ■お問い合わせ:03-3328-3146