

TAC杉並区永福体育館 R8. 1月～3月 定期教室当選発表

※当選された方は12月8日(月)～12月19日(金)20：30までにお支払いをお願い致します。期間内にお支払いがない場合はキャンセル扱いとなりますのでご了承ください。

曜日	教室名/時間	対象区分	料金	回数	当選番号																
月	スタイルアップトレーニング 19：10～19：55	一般	6,200円	10回	A-47																
	かんたんピラティス 20:10～20:55	一般	6,200円	10回																	
火	フレイル予防体操 09:30～10:20	概ね 60歳以上	5,400円	12回	A-4	A-5	A-6	A-7	A-8	A-9	A-10	A-11	A-12	A-13	A-14	A-15	A-16	A-26	A-28	A-43	A-42
	体幹&ストレッチ 10：35～11：25	一般	7,440円	12回																	
	ZUMBA 11:40～12:30	一般	7,440円	12回																	
	ピラティス 14：00～14：50	一般	7,440円	12回																	
水	ヨガ 11:05～11:55	一般	5,580円	9回	A-18																
	ストレッチ&ピラティス 12:05～12:55	一般	5,580円	9回																	
	ピラティス 13:10～13：50	一般	6,200円	10回	A-20	A-21	A-22	A-23	A-44												
	バレトン 14:05～14:50	一般	6,200円	10回																	
木	フレイル予防体操 09:30～10:20	概ね 60歳以上	4,950円	11回	A-5	A-16	A-27	A-45													
	フラダンス 11:40～12:40	一般	6,820円	11回	A-30	A-31	A-33	A-51													
	はじめてのバレトン 11:10～19:55	一般	6,820円	11回	A-46																
	リラックスヨガ 20：10～20：55	一般	6,820円	11回	A-40																
金	健康体操 11:10～11:55	概ね 60歳以上	4,950円	11回	A-2	A-4	A-5	A-6	A-8	A-9	A-10	A-11	A-16	A-29	A-39	A-38	A-36	A-37	A-34	A-35	
	コアトレーニング 12:05～12:50	一般	6,820円	11回	A-44	A-47	A-48														
	かんたんフラダンス 19:10～19:55	一般	6,820円	11回	A-3	A-41															
	夜ヨガ 20:05～20:55	一般	6,820円	11回																	

※追加募集は12月22日（月）8：30～先着順でお電話にて承ります。