

GWイベントまつり

●大人対象イベント

◇対象：15歳以上（中学生を除く）◇料金：各700円（健康・シニア体操のみ500円）
靴マークがある教室は室内シューズが必要です。（靴の裏が白又は紺色推奨）

日程	時間	イベント名	申込方法	講師	定員	場所
4/29(水)	13:10~14:00	ピラティス	WEB	脇坂	15	小体育室①
4/29(水)	14:05~14:55	リラックスヨガ	WEB	脇坂	15	小体育室①
4/30(木)	11:05~11:55	ZUMBA®	WEB	根岸	18	小体育室②
5/1(金)	11:10~11:55	健康体操	電話	藤江	18	小体育室②
5/1(金)	12:05~12:50	太極拳	電話	藤江	20	小体育室②
5/1(金)	13:00~13:50	ボディリセットストレッチ	WEB	田代	18	小体育室②
5/1(金)	20:05~20:55	夜ヨガ	WEB	船山	10	会議室①
5/2(土)	11:05~11:55	ZUMBA®	WEB	根岸	18	小体育室②
5/2(土)	15:10~16:00	HIITで目指せ体脂肪燃焼!	WEB	田代	18	小体育室②
5/3(日)	9:00~9:50	モーニングヨガ	WEB	船山	15	小体育室②
5/4(月)	19:10~19:55	肩こり改善ヨガ	WEB	中村	18	小体育室①
5/4(月)	20:10~20:55	かんたんピラティス	WEB	中村	18	小体育室①
5/5(火)	13:00~13:50	ストレッチポールでストレッチ	WEB	田代	17	小体育室①
5/5(火)	14:00~14:50	しなやか下半身トレーニング	WEB	田代	18	小体育室①
5/6(水)	13:10~14:00	シニア体操	電話	外山	18	小体育室①
5/6(水)	14:10~15:00	体幹&ストレッチ	WEB	外山	20	小体育室①

●子ども対象イベント ◇料金：各1,000円

日程	時間	イベント名	対象	申込方法	講師	定員	場所
5/2(土)	13:10~14:00	特訓!逆上がり①	年中・年長	WEB	齋藤	6名	会議室①
5/2(土)	14:10~15:00	特訓!逆上がり②	小学生	WEB	齋藤	6名	会議室①
5/3(日)	13:10~14:00	特訓!跳び箱①	年中・年長	WEB	齋藤	6名	会議室①
5/3(日)	14:10~15:00	特訓!跳び箱②	小学生	WEB	齋藤	6名	会議室①

WEBにて4月22日（水）9:00~申込み開始です。

健康体操/太極拳/シニア体操のみ電話受付となります。

※締切4/28（火）12:00まで。※キャンセルはお電話にて承ります。

料金は当日現金でお支払いいただきます。

WEB申込
はこちら

