

健康運動教室空き情報

曜日	時間	10時～11時	11時15分～ 12時15分	12時30分～ 13時30分	13時45分～ 14時45分	15時～16時	17時～18時	18時15分～ 19時15分	19時30分～ 20時30分
月曜日		受付終了 やさしいエアロ	受付終了 肩こり 予防体操	受付終了 アンチエイジング ヨガ	ベリーダンス	ヨガストレッチ		はじめて ボクシング エクサ	リラックスヨガ
火曜日		受付終了 やさしいヨガ	受付終了 コアトレーニング	はじめて ボクシング エクサ	ストレッチ & トレーニング	シェイプアップエクサ	ルーシーダットン	受付終了 リラックスヨガ	
水曜日		受付終了 ホットエアロ	受付終了 ヨガストレッチ	受付終了 ピラティス	受付終了 エアロ & ストレッチ	受付終了 ZUMBA	キッズダンス ※2(小学1～6年)	受付終了 はじめて パワーヨガ	やさしいエアロ
金曜日		受付終了 コアストレッチ体操	受付終了 はじめてエアロ	受付終了 アンチエイジング ヨガ	受付終了 産後ヨガ	受付終了 ハイアンフラ ◆15時15分～16時15分			受付終了 ホットヨガ ◆19時～20時
土曜日		受付終了 脂肪燃焼エアロ	受付終了 ヨガ & ピラティス	受付終了 ルーシーダットン (姿勢改善プログラム)	受付終了 リラックスヨガ	オリジナルエアロ			気功 ◆19時～20時
日曜日		受付終了 ピラティス	かんたんエアロ						

二次募集の方は終了致しましたが空きのある教室に関しては随時募集しております。
尚、教室開始後の参加の場合でも受講料は全額頂戴致しますのでご了承ください。

