

健康運動教室空き情報

更新日： 2018/9/22 (土)

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	腰痛肩こり 予防体操	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	リラックスヨガ
水曜日		サーキットエアロ	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	ZUMBA	キッズダンス ※2(小学1～6年)	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	アンチエイジング ヨガ	受付終了 産後ヨガ	ハワイアンフラ ◆15時15分～16時15分		オリジナルエアロ	アロマストレッチヨガ
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	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						

☆残り僅かの教室

(月)はじめてボクシングエクサ	18:15～19:15	残り3名!
(火)ルーシーダットン	18:15～19:15	残り1名!
(火)リラックスヨガ	19:30～20:30	残り1名!
(水)サーキットエアロ	10:00～11:00	残り2名!
(水)ZUMBA	15:00～16:00	残り3名!
(金)ハワイアンフラ	15:15～16:15	残り1名!
(金)アロマストレッチヨガ	19:30～20:30	残り2名!
(土)ルーシーダットン	12:30～13:30	残り4名!



※二次募集は先着順になりますのでお早めにお申し込みお願い致します!

尚、申込状況は最新ではありませんので最新の情報はお電話にてお問い合わせください。(TEL077-526-3003)

お電話での申込は受け付けておりません。