

# 2023年第4期 スポーツ教室 二次募集

「○」印…空きあり（5名以上）

「△」印…残りわずか

曜日	教室 NO.	教室名	時間	空き状況
月	01	子どもバトミントン（初心者）	15:50~17:10	○
	35	エグジックル①（初級）	17:00~17:45	○
	36	エグジックル②（初級）	18:00~18:45	○
	37	エグジックル③（初級）	19:00~19:45	○
火	02	欲ばり！ヨガ・ピラティス	9:15~10:25	×
	38	ニコニコ健康体操	9:30~10:15	○
	03	バレエストレッチ	10:40~11:50	○
	04	アフタヌーンヨガ	13:15~14:25	×
	05	ボディコンバット60	19:30~20:30	○
水	06	卓球①（初級基礎&応用コース）	9:10~10:25	○
	07	卓球②（応用&実践コース）	10:35~11:50	×
	08	シェイプアップ	9:15~10:15	○
	09	楽しむフラダンス	10:30~11:45	○
	10	やさしいピラティス	12:10~13:15	○
	11	ピラティス&ストレッチ	13:30~14:45	○
	12	剣道入門	17:00~18:00	○
	13	屋内サッカー教室（ジュニアクラス）①	16:15~17:30	△
	14	屋内サッカー教室（ジュニアクラス）②	17:35~18:50	△
	15	フットサル教室	19:15~20:30	○
	16	楽しむZUMBA	18:45~19:45	○
17	ボディパンプ4 5	20:05~20:50	○	
木	18	楊名時健康太極拳	9:15~10:30	○
	19	ちょきん運動	9:30~10:30	○
	20	おなかスッキリエクササイズ	19:00~20:15	○
金	21	モーニングヨガ	9:15~10:25	×
	22	バドミントン①（基礎コース）	9:15~10:30	○
	23	バドミントン②（応用コース）	10:35~11:50	○
	24	エアロビクス（初級）	10:45~11:45	○
	25	体操教室	15:20~16:05	△
	26	器械体操教室	16:10~16:55	○
	27	ピククルボール①（初級）	15:30~16:30	○
	28	ピククルボール②（初級）	16:45~17:45	○
	29	みんなで合気道	17:30~18:30	○
土	30	サタデーヨガ	9:15~10:25	○
	31	リズムキックボクシング	10:45~11:45	○
	34	サタデーナイトヨガ	18:35~19:40	○

【募集開始】 2023年12月5日（火）11:00～

※受講料をご持参の上、総合受付にてお申込み下さい（先着順）

※定員に達した教室はキャンセル待ちが可能となります