

荏原健康センター 第2期コース型教室 空き状況

コースNo.	コース名	空き状況	担当	曜日・時間	参加費
1	かんたんエアロ60	残り僅か	広島 女	月曜 9:15	7,000
2	ストレス解消!のびのび体操	満員御礼	堀井 女	月曜 12:30	7,000
3	中高年の健康運動	満員御礼	碓 女	水曜 14:25	9,000
4		残り僅か		木曜 16:00	8,500
5	朝の健康体操	残り僅か	渡辺 女	金曜 9:15	7,500
6	肩こり・腰痛解消体操	空き有り		金曜 11:35	7,500
7	脂肪燃焼エアロ(初中級)	空き有り	清水 女	金曜 15:30	7,500
8	脂肪燃焼エアロ(初級)	空き有り	堀井 女	月曜 19:45	7,000
9	ステップシェイプ&ストレッチ	空き有り		月曜 11:20	7,000
10	ステップ&スーパー引き締め	空き有り	渡辺 女	水曜 10:10	9,000
11	キッズダンス(5~8歳)	残り僅か	佐々木(麻) 女	月曜 16:45	7,000
12		残り僅か	Kugu 女	水曜 17:00	8,000
13	ジュニダンス(8~12歳)	空き有り	佐々木(麻) 女	月曜 17:55	7,000
14		満員御礼		木曜 17:15	7,500
15	親子で頑張ろう(1歳)	満員御礼	武田 女	金曜 12:55	7,500
16	親子で頑張ろう(2歳)	満員御礼		土曜 12:10	7,500
17	親子で頑張ろう(3~5歳11ヵ月)	満員御礼		土曜 13:20	7,500
18	グループパワー(バーベル筋トレ)	満員御礼	Kaji 男	水曜 20:00	10,800
19	グループセンチジャー(ヨガ&ピラティス)	空き有り	Kugu 女	月曜 13:40	8,400
20	初めてパンチングフィットネス	空き有り	島田 男	火曜 19:45	10,200
21	パンチングフィットネス	空き有り		木曜 19:45	10,200
22	はじめてHIPHOP	残り僅か	Kugu 女	日曜 10:30	9,000
23	はじめてフラダンス	残り僅か	大脇 女	火曜 13:55	9,600
24	はじめてフラダンス	残り僅か	垣内 女	木曜 12:30	9,000
25		残り僅か	高橋 女	金曜 17:05	9,000
26	ステップアップフラダンス	空き有り	大脇 女	火曜 12:45	9,600
27	はじめて太極拳	空き有り	阿部 女	火曜 15:05	9,600
28	ステップアップ太極拳	空き有り		火曜 16:15	9,600
29	かんたんピラティス	満員御礼	南澤 女	水曜 15:40	10,200
30	ピラティス	空き有り	坂本 女	木曜 18:30	10,200
31		空き有り		土曜 15:40	9,000
32	骨盤調整エクササイズ	満員御礼	山形 女	木曜 14:45	9,000
33	リフレッシュヨーガ	満員御礼	渡辺 女	木曜 9:15	10,200
34		残り僅か		木曜 11:20	10,200
35		満員御礼		金曜 10:25	9,000
36		満員御礼	山田 女	金曜 14:15	9,000
37		空き有り	坂本 女	金曜 18:30	9,000
38		空き有り	井口 女	土曜 19:45	9,000
39		空き有り	山田 女	日曜 12:45	9,000
C	40代 健康塾C	満員御礼	堀井 女	火曜 19:45	3,200
D	40代 健康塾D	満員御礼		水曜 11:20	3,200

8月5日時点での申し込み状況です。

空き状況はキャンセル等により変動する可能性があります。

* 詳しい状況は、荏原健康センター (03-3788-7017) までお問い合わせください。