

# 品川健康センター 平成29年度「第3期コース型教室」 空き状況

コース名	No	曜日・開始時間	定員	空き状況
かんたんエアロ60	51	(水) 13:15	40	空き有り
シェイプ&ストレッチ	52	(水) 20:00	35	空き有り
モーニングストレッチ	53	(火) 9:30	25	満員御礼
健康リズム体操	54	(火) 13:15	35	残り僅か
はじめて健康体操	55	(木) 15:45	25	残り僅か
ロコモ予防体操	56	(水) 10:45	25	残り僅か
肩こり・腰痛解消教室	57	(月) 10:45	25	満員御礼
肩こり・腰痛解消教室	58	(木) 10:45	25	満員御礼
筋肉トレーニング	59	(日) 9:15	25	満員御礼
筋肉トレーニング	60	(日) 10:25	25	満員御礼
身体メンテナンス	61	(月) 12:30	25	満員御礼
身体メンテナンス	62	(木) 18:45	25	空き有り
インナービューティー骨盤ケア	63	(木) 10:45	25	満員御礼
ボクシングフィットネス	64	(土) 19:30	45	空き有り
ロコモ予防体操	65	(金) 9:45	25	空き有り
骨盤ストレッチ	71	(火) 19:00	20	空き有り
やさしい一楽庵太極拳	72	(水) 9:45	40	空き有り
はじめて太極拳	73	(火) 10:45	35	残り僅か
やさしい気功	74	(月) 9:30	40	残り僅か
やさしい気功	75	(火) 13:15	25	空き有り
リフレッシュヨーガ	76	(火) 11:15	27	満員御礼
リフレッシュヨーガ	77	(水) 9:15	27	満員御礼
リフレッシュヨーガ	78	(水) 19:50	27	空き有り
リフレッシュヨーガ	79	(木) 20:00	50	空き有り
リフレッシュヨーガ	80	(金) 9:50	50	満員御礼
リフレッシュヨーガ	81	(金) 20:00	50	空き有り
リフレッシュヨーガ	82	(土) 14:15	27	満員御礼
リフレッシュヨーガ	83	(土) 18:30	27	残り僅か
アロマヨーガ	84	(木) 20:00	25	空き有り
骨盤ピラティス	85	(水) 14:30	25	空き有り
ピラティス	86	(月) 11:15	25	満員御礼
ピラティス	87	(水) 12:00	25	満員御礼
ピラティス	88	(水) 18:50	25	満員御礼
ピラティス	89	(木) 12:00	25	残り僅か
骨盤調整ピラティス	90	(月) 20:00	25	残り僅か
はじめてクラシックバレエ	96	(火) 18:50	40	空き有り
クラシックバレエ(初級)	97	(金) 11:10	40	空き有り
クラシックバレエ(初級)	98	(土) 12:35	40	空き有り
クラシックバレエ(初中級)	99	(土) 17:00	20	残り僅か
はじめてフラダンス	100	(月) 15:45	20	空き有り
はじめてフラダンス	101	(火) 19:50	20	満員御礼
はじめてフラダンス	102	(金) 14:30	20	残り僅か
ステップアップフラダンス	103	(月) 14:30	20	空き有り
ステップアップフラダンス	104	(火) 18:40	20	残り僅か
フィットネスフラダンス	105	(土) 16:00	20	空き有り
はじめてタップダンス	106	(水) 18:40	20	空き有り
フラメンコ入門	107	(月) 19:30	20	空き有り
フラメンコ初級	108	(木) 19:00	20	空き有り
ベリーダンス	109	(金) 19:50	21	空き有り
ベリーダンス	110	(土) 14:00	21	空き有り
はじめてジャズダンス	111	(月) 20:45	20	空き有り
はじめてHOUSE	112	(火) 20:15	20	空き有り
ポリウッドダンス	113	(水) 20:15	20	空き有り
ジャンベを叩いて踊ろう!	114	(日) 17:00	20	空き有り
はじめてヒップホップ		クローズ		
健康塾 40代からの健康塾A	A	(金) 13:15	25	満員御礼
健康塾 40代からの健康塾B	B	(土) 10:30	25	満員御礼

定期教室(8月~11月)				
ビギナーズラン	400	日 9:30	20	満員御礼
英語でリトミック(6ヶ月~1歳)	401	金 9:30	50	満員御礼
英語でリトミック(2歳~3歳)	402	金 10:40	50	満員御礼
わんぱくサッカー(3~4歳)	403	月 14:30	25	空き有り
わんぱくサッカー(4~6歳)	404	月 15:45	30	空き有り
健康麻雀	405	月 15:00	12	空き有り
健康麻雀	406	月 19:00	12	残り僅か

コース名	No	曜日・開始時間	定員	空き状況
親子ヨガ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	121	(月) 13:45	21	満員御礼
親子ヨガ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	122	(火) 10:00	21	残り僅か
親子ヨガ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	123	(木) 9:30	21	満員御礼
すくすく親子のベビーマッサージ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	124	(金) 10:40	21	満員御礼
ベビーマッサージ&ママケアストレッチ(1ヶ月半~12ヶ月)	125	(木) 15:40	21	空き有り
ベビーマッサージ&ママケアストレッチ(1ヶ月半~12ヶ月)	126	(金) 13:00	21	満員御礼
赤ちゃん親子・ママビューティー(1ヶ月半~11ヶ月)	127	(月) 12:00	20	残り僅か
赤ちゃん親子・ママビューティー(1ヶ月半~11ヶ月)	128	(火) 13:10	20	満員御礼
赤ちゃん親子・ママビューティー(1ヶ月半~11ヶ月)	129	(水) 13:10	20	満員御礼
赤ちゃん親子・ママビューティー(1ヶ月半~11ヶ月)	130	(木) 14:30	20	残り僅か
赤ちゃん親子・産後ビューティー(1ヶ月半~7ヶ月)	132	(水) 12:00	30	空き有り
ママとベビーのフィットリミック(8ヶ月~1歳6ヶ月)	133	(火) 12:00	30	満員御礼
ママとベビーのフィットリミック(8ヶ月~1歳6ヶ月)	134	(水) 14:20	20	満員御礼
ママとベビーのフィットリミック(8ヶ月~1歳6ヶ月)	135	(木) 13:15	20	満員御礼
ママとベビーのフィットリミック(8ヶ月~1歳6ヶ月)	136	(金) 11:50	20	満員御礼
よちよち親子・ママビューティー(1~2歳6ヶ月)	137	(月) 13:15	21	満員御礼
よちよち親子・ママビューティー(1~2歳6ヶ月)	138	(水) 12:00	21	満員御礼
よちよち親子・ママビューティー(1~2歳6ヶ月)	139	(木) 12:00	21	残り僅か
よちよち親子・ママビューティー(1~2歳6ヶ月)	140	(金) 9:30	21	満員御礼
わんぱく親子・ママビューティー(2歳~5歳)	141	(火) 11:45	21	満員御礼
わんぱく親子・ママビューティー(2歳~5歳)	142	(水) 10:30	21	満員御礼
わんぱく親子・体操名人(2~5歳)	143	(木) 12:00	30	満員御礼
わんぱく親子・元気家族(2~5歳)	144	(土) 11:20	20	満員御礼
よちよち親子・元気パパ(1~3歳)	145	(土) 10:00	21	満員御礼
よちよち親子・元気ママ(1~3歳)	146	(土) 11:45	21	満員御礼
わんぱく親子・元気パパ(3~7歳)	147	(土) 13:00	21	満員御礼
親子・元気ファミリー(1~3歳)	148	(日) 11:00	21	満員御礼
親子・元気ファミリー(4~6歳)	149	(日) 12:10	21	満員御礼
ママダンスwithベビー(1~3歳)	150	(月) 10:00	21	満員御礼
親子で楽しく!フラダンス(3~12歳)	151	(土) 12:35	23	満員御礼
わんぱく親子・元気パパ(3~7歳)	152	(土) 9:15	21	満員御礼
ヒヨコ(3~4歳)	156	(月) 14:30	22	満員御礼
ヒヨコ(3~4歳)	157	(火) 14:30	16	満員御礼
ヒヨコ(3~4歳)	158	(木) 14:30	16	満員御礼
ヒヨコ(3~4歳)	159	(金) 14:30	16	満員御礼
ウサギ(5~6歳)	160	(月) 15:45	25	満員御礼
ウサギ(5~6歳)	161	(火) 15:45	18	満員御礼
ウサギ(5~6歳)	162	(金) 15:50	25	満員御礼
タイガー(小1~3)	163	(月) 17:00	25	満員御礼
タイガー(小1~3)	164	(木) 17:00	16	満員御礼
パンダ(小1~6)	165	(火) 17:00	16	満員御礼
パンダ(小1~6)	166	(金) 17:00	25	満員御礼
キッズビート体操(3歳5ヶ月~6歳)	167	(水) 15:40	45	満員御礼
キッズ空手(新極真会)(4歳~小6)	168	(木) 16:00	28	残り僅か
キッズ空手(新極真会)(4歳~小6)	169	(木) 17:15	28	残り僅か
キッズダンス~ポップ&キュート(4~8歳)	170	(木) 17:00	20	満員御礼
キッズダンス(4~8歳)	171	(月) 16:55	20	満員御礼
キッズダンス(小2~中3)	172	(月) 18:10	20	満員御礼
キッズダンス(小1~小6)	173	(金) 17:45	20	空き有り
ジュニアビートフィットネス(小1~小6)	174	(水) 16:55	20	満員御礼
キッズチア(3歳6ヶ月~5歳)	175	(月) 15:55	20	満員御礼
キッズチア(5歳~小2)	176	(月) 17:10	20	満員御礼
キッズチア(4~6歳)	177	(水) 15:30	20	残り僅か
キッズチア(小1~小4)	178	(水) 16:45	20	満員御礼
キッズアイドルダンス(4~6歳)	179	(火) 16:30	20	空き有り
チュールリップ(3歳6ヶ月~6歳)	180	(金) 12:35	20	満員御礼
チュールリップ(3歳6ヶ月~6歳)	181	(金) 14:40	25	満員御礼
スイートビー(5歳6ヶ月~小3)	182	(金) 16:00	20	満員御礼
スイートビー(小3~中3)	183	(金) 17:15	20	空き有り
プチローズ(3歳6ヶ月~6歳)	184	(火) 15:45	25	満員御礼
ローズ(小4~中3)	185	(火) 17:00	25	空き有り
プチローズ(5歳~小1)	186	(水) 15:45	20	満員御礼
ローズ(小1~小3)	187	(水) 16:55	25	満員御礼
プチローズ(5歳6ヶ月~小1)	188	(土) 15:30	20	満員御礼

曜日	開始時間	コース名	No	定員	空き状況
月	10:00	スカッシュ初級	201	各6人	満員御礼
	11:00	スカッシュ初中級	202		満員御礼
	19:00	スカッシュ初中級	203		満員御礼
	20:00	スカッシュ上級	204		満員御礼
	21:00	スカッシュ初級	205		満員御礼
火	10:00	スカッシュ初心者	206		残り僅か
	11:00	スカッシュ初級	207		満員御礼
	12:00	スカッシュ初中級	208		残り僅か
	13:00	スカッシュ初心者	209		残り僅か
	14:00	スカッシュ初中級	210		残り僅か
	15:00	スカッシュ中級	211		残り僅か
	18:00	スカッシュ初中級	212		満員御礼
	19:00	スカッシュ中級	213		満員御礼
	20:00	スカッシュ初中級	214		満員御礼
	21:00	スカッシュ中級	215		満員御礼
水	18:00	スカッシュ初級	216		残り僅か
	19:00	スカッシュ初心者	217		満員御礼
	20:00	スカッシュ初中級	218		満員御礼
	21:00	スカッシュ初級	219		満員御礼
	11:00	スカッシュ初級	220		残り僅か
木	12:00	スカッシュ初中級	221		残り僅か
	14:00	スカッシュ初級	222		残り僅か
	15:00	スカッシュ初中級	223		残り僅か
	18:00	スカッシュ初中級	224		満員御礼
	19:00	スカッシュ初級	225		満員御礼
	20:00	スカッシュ初心者	226		満員御礼
	21:00	スカッシュ初中級	227		満員御礼
	18:00	スカッシュ初級	228		残り僅か
	19:00	スカッシュ初級	229		満員御礼
	20:00	スカッシュ初級	230		満員御礼
土	21:00	スカッシュ初心者	231		残り僅か
	10:00	スカッシュ初級	232		満員御礼
	11:00	スカッシュ初心者	233		満員御礼
	12:00	スカッシュ中級	234		満員御礼
	13:00	スカッシュ初中級	235		満員御礼
	15:00	スカッシュ初級	236		満員御礼
	16:00	スカッシュ初心者	237		満員御礼
	17:00	スカッシュ初中級	238		満員御礼
	10:00	スカッシュ初級	239		満員御礼
	11:00	スカッシュ初中級	240		満員御礼
日	12:00	スカッシュ初心者	241		残り僅か
	13:00	スカッシュ初中級	242		満員御礼
	15:00	スカッシュ初級	243		満員御礼
	16:00	スカッシュ初中級	244		満員御礼
	17:00	スカッシュ初級	245		満員御礼

曜日	開始時間	No	定員	空き状況	
月	14:00	301		満員御礼	
	16:00	※302		残り僅か	
	18:00	303		満員御礼	
	19:00	304		満員御礼	
	20:00	305		満員御礼	
	21:00	306		満員御礼	
	火	9:30	307		満員御礼
		10:30	308		満員御礼
		11:30	309		満員御礼
		13:00	310		残り僅か
14:00		311		残り僅か	
16:00		312		満員御礼	
18:00		313		満員御礼	
19:00		314		満員御礼	
20:00		315		満員御礼	
21:00		316		満員御礼	
水	9:30	317		残り僅か	
	10:30	318		残り僅か	
	13:00	319		空き有り	
	14:00	320		残り僅か	
	16:00	321		満員御礼	
	18:00	322		満員御礼	
	19:00	323		満員御礼	
	20:00	324		満員御礼	
	21:00	325		満員御礼	
	9:30	※326		残り僅か	
木	10:30	327		満員御礼	
	11:30	328		満員御礼	
	14:00	329		残り僅か	
	16:00	330		満員御礼	
	18:00	331		満員御礼	
	19:00	332		満員御礼	
	20:00	333		満員御礼	
	21:00	334		満員御礼	
	9:30	335		満員御礼	
	10:30	336		満員御礼	
金	11:30	※337		残り僅か	
	14:00	338		残り僅か	
	15:00	339		残り僅か	
	16:00	340		空き有り	
	18:00	341		残り僅か	
	19:00	342		残り僅か	
	20:00	343		満員御礼	
	21:00	344		満員御礼	
	9:30	345		満員御礼	
	10:30	346		満員御礼	
土	11:30	347		満員御礼	
	12:30	348		満員御礼	
	14:30	349		満員御礼	
	15:30	350		満員御礼	
	16:30	351		満員御礼	
	18:00	352		満員御礼	
	19:00	353		満員御礼	
	20:00	354		満員御礼	
	9:10	355		満員御礼	
	10:10	356		満員御礼	
日	11:10	357		満員御礼	
	12:40	358		満員御礼	
	13:40	359		満員御礼	

11/19(月)時点での空き状況です。

※302/326/337は 中上級クラス