

# 品川健康センター 2021年度「第1期コース型教室」 申込状況

コース名	No	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数	コース名	No	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数	曜日	開始時間	コース名	No	定員	空き状況	残り人数	曜日	開始時間	No	定員	空き状況	残り人数					
																											コース名	No	曜日	開始時間	定員
ダンベル&シェイプストレッチ	50	月	11:55	25	空き有り	7名	親子ヨガ★	122	火	9:45	12	満員御礼		月	10:00	初級	201	20	満員御礼		火	14:00	301	30	満員御礼						
シェイプ&ストレッチ	51	水	20:15	25	満員御礼			123	木	9:30	12	満員御礼			11:05	初中級	202	20	満員御礼			16:00	※302	30	満員御礼						
モーニングストレッチ	52	火	9:30	12	満員御礼			124	火	12:15	20	満員御礼			18:00	初心者	203	20	満員御礼			17:55	303	30	残り僅か	3名					
健康リズム体操	53	火	13:45	25	残り僅か	1名		125	金	14:30	20	空き有り	7名		19:00	初中級	204	20	満員御礼			19:00	304	30	残り僅か	2名					
はじめて健康体操★	54	木	15:30	12	満員御礼			126	水	14:00	20	空き有り	7名		20:05	初心者	205	20	満員御礼			20:05	305	30	残り僅か	4名					
	55	木	16:50	12	残り僅か	4名		127	水	15:40	20	残り僅か	4名		21:10	初級	206	20	満員御礼			21:10	306	30	残り僅か	2名					
すっきり健康運動★	56	水	9:30	12	満員御礼			128	金	13:00	20	満員御礼			10:00	初心者	207	20	満員御礼			9:30	307	30	満員御礼						
	57	水	10:50	12	満員御礼			129	水	12:30	20	残り僅か	1名		11:05	初級	208	20	満員御礼			10:35	308	30	満員御礼						
いきいき健康体操★	58	金	9:45	12	満員御礼			130	木	12:45	20	残り僅か	2名		12:10	初中級	209	20	残り僅か	1名		11:40	309	30	満員御礼						
	59	金	11:05	12	満員御礼			131	土	13:00	20	満員御礼			13:15	初級	210	20	満員御礼			CLOSE									
肩こり・腰痛解消教室★	60	月	11:00	12	満員御礼			132	火	10:45	20	満員御礼			14:20	初中級	211	20	残り僅か	3名		14:05	311	30	満員御礼						
	61	月	12:20	12	満員御礼			133	土	14:30	20	満員御礼			15:25	中級	212	20	満員御礼			16:00	312	30	満員御礼						
	62	木	11:00	12	満員御礼			134	日	11:45	20	満員御礼			18:00	初中級	213	20	満員御礼			17:55	313	30	満員御礼						
	63	木	12:20	12	満員御礼		135	日	13:15	20	満員御礼		19:00	中級	214	20	満員御礼		19:00	314	30	残り僅か	2名								
筋肉トレーニング(初級)★	64	土	9:15	12	満員御礼		136	月	14:30	20	満員御礼		20:05	初中級	215	20	満員御礼		20:05	315	30	残り僅か	4名								
	65	土	10:35	12	満員御礼		137	火	15:15	10	満員御礼		21:10	中級	216	20	満員御礼		21:10	316	30	残り僅か	1名								
	66	日	9:15	12	満員御礼		138	水	14:30	10	満員御礼		18:00	初級	217	20	満員御礼		CLOSE												
	67	日	10:35	12	満員御礼		139	金	14:45	10	満員御礼		19:00	初心者	218	20	満員御礼		17:55	318	30	残り僅か	1名								
身体メンテナンス★	68	木	18:45	12	満員御礼		140	月	15:50	20	満員御礼		20:05	初心者	219	20	満員御礼		19:00	319	30	満員御礼									
	69	木	20:05	12	残り僅か	3名	141	火	16:35	10	満員御礼		21:10	初級	220	20	満員御礼		20:05	320	30	満員御礼									
インナービューティー骨盤ケア	70	木	10:50	12	満員御礼		142	木	15:50	10	満員御礼		11:05	初級	221	20	残り僅か	1名	21:10	321	30	残り僅か	4名								
骨盤調整ストレッチ	71	水	10:45	12	残り僅か	1名	143	金	16:05	10	満員御礼		12:10	初心者	222	20	残り僅か	1名	9:30	322	30	残り僅か	2名								
ボクシングフィットネス	72	土	20:00	25	残り僅か	1名	144	月	17:10	25	満員御礼		14:20	初級	223	20	満員御礼		10:35	323	30	満員御礼									
美姿勢ストレッチ	73	火	19:00	12	満員御礼		145	木	17:10	10	満員御礼		15:25	初中級	224	20	満員御礼		11:40	324	30	満員御礼									
太極拳	74	火	12:30	12	満員御礼		146	金	17:25	10	満員御礼		18:00	初心者	225	20	満員御礼		14:05	325	30	満員御礼									
やさしい一楽庵太極拳(初級)	75	水	9:45	25	空き有り	6名	147	木	15:40	20	満員御礼		19:00	初級	226	20	満員御礼		16:00	※326	30	満員御礼									
やさしい氣功	76	月	9:30	25	満員御礼		148	木	17:00	20	満員御礼		20:05	初級	227	20	満員御礼		17:55	327	30	満員御礼									
リフレッシュヨガ★	77	火	11:15	12	満員御礼		149	火	15:40	20	満員御礼		21:10	上級	228	20	満員御礼		19:00	328	30	残り僅か	1名								
	78	火	12:45	12	満員御礼		150	火	17:00	20	残り僅か	1名	10:00	初心者	229	20	残り僅か	2名	20:05	329	30	残り僅か	2名								
	79	水	9:15	12	満員御礼		151	金	17:45	20	満員御礼		11:05	初級	230	20	満員御礼		21:10	330	30	残り僅か	4名								
	80	水	12:30	12	残り僅か	2名	152	月	16:00	12	満員御礼		12:10	初心者	231	20	満員御礼		9:30	331	30	満員御礼									
	81	水	19:00	12	満員御礼		153	月	17:20	12	満員御礼		13:15	初級	232	20	残り僅か	2名	10:35	332	30	満員御礼									
	82	水	20:20	12	満員御礼		154	水	15:30	12	満員御礼		18:00	初中級	233	20	満員御礼		11:40	333	30	満員御礼									
	83	金	9:45	25	残り僅か	1名	155	水	16:50	12	残り僅か	1名	19:00	初級	234	20	満員御礼		14:00	334	30	満員御礼									
	84	金	11:15	12	残り僅か	2名	156	水	17:00	20	満員御礼		20:05	初中級	235	20	満員御礼		15:05	335	30	満員御礼									
	85	金	20:15	12	残り僅か	2名	157	金	16:00	20	残り僅か	4名	21:10	初心者	236	20	満員御礼		16:10	336	30	満員御礼									
	86	土	14:15	12	満員御礼		158	土	14:15	12	満員御礼		10:00	初級	237	20	満員御礼		17:55	※337	30	残り僅か	3名								
アロマヨガ	89	木	20:00	12	残り僅か	1名	159	土	15:35	12	満員御礼		11:05	初心者	238	20	満員御礼		19:00	338	30	残り僅か	3名								
	90	月	9:45	12	満員御礼		160	土	13:15	初中級	240	20	満員御礼		20:05	339	30	残り僅か	2名												
ピラティス★	91	月	11:05	12	満員御礼		161	土	13:15	初中級	240	20	満員御礼		21:10	340	30	空き有り	5名	9:30	341	30	満員御礼								
	92	水	12:30	12	満員御礼		162	土	15:50	10	満員御礼		15:00	初級	241	20	満員御礼		10:35	342	30	満員御礼									
	93	木	12:10	12	満員御礼		163	土	16:00	12	満員御礼		16:05	初心者	242	20	満員御礼		11:40	343	30	満員御礼									
	94	月	18:55	12	満員御礼		164	土	17:10	10	満員御礼		17:10	初中級	243	20	満員御礼		12:45	344	30	満員御礼									
骨盤調整ピラティス★	95	月	20:15	12	満員御礼		165	土	17:10	10	満員御礼		10:00	初級	244	20	満員御礼		14:20	345	30	満員御礼									
	96	火	19:00	25	空き有り	7名	166	土	17:25	10	満員御礼		11:05	初中級	245	20	満員御礼		15:25	346	30	満員御礼									
クラシックバレエ(初級)60	97	金	11:30	25	残り僅か	1名	167	土	17:00	20	満員御礼		12:10	初心者	246	20	満員御礼		16:30	347	30	満員御礼									
クラシックバレエ(初中級)60	98	土	11:40	25	残り僅か	2名	168	土	17:00	20	満員御礼		13:15	初中級	247	20	満員御礼		18:00	348	30	満員御礼									
はじめてフラダンス★	100	火	20:00	12	残り僅か	1名	169	土	17:00	20	満員御礼		16:05	初中級	249	20	満員御礼		19:05	349	30	残り僅か	2名								
	101	金	14:30	12	満員御礼		170	土	17:00	20	残り僅か	1名	20:10	350	30	空き有り	5名	9:10	351	30	満員御礼										
フラダンス	102	月	14:30	12	満員御礼		171	土	17:20	12	満員御礼		10:15	352	30	満員御礼		10:15	352	30	満員御礼										
ステップアップフラダンス	103	火	18:40	12	残り僅か	4名	172	土	17:20	12	満員御礼		11:20	353	30	満員御礼		11:20	353	30	満員御礼										
はじめてタップダンス★	104	水	18:40	12	満員御礼		173	土	17:20	12	満員御礼		12:25	354	30	満員御礼		12:25	354	30	満員御礼										
	105	水	20:00	12	残り僅か	4名	174	土	17:20	12	満員御礼		13:30	355	30	満員御礼		13:30	355	30	満員御礼										
フラメンコ	106	月	19:30	12	空き有り	6名	175	土	17:20	12	残り僅か	1名																			
ベリーダンス	107	土	16:15	12	満員御礼		176	土	17:00	20	満員御礼																				
はじめてジャズダンス	108	月	21:00	12	満員御礼		177	土	17:00	20	残り僅か	4名																			
	A	金	13:15	12	満員御礼																										
40代からの健康塾★	B	土	10:30	12	満員御礼																										

定期教室						
コース名	No	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数
英語でリミック	401	金	9:30	20	満員御礼	
英語でリミック	402	金	11:00	20	満員御礼	
健康麻雀	405	月	15:00	12	残り僅か	4名
健康麻雀	406	月	19:00	12	空き有り	8名
ボディクリエイト	407	月	12:30	35	空き有り	13名
グループセンタジー	408	水	9:30	35	残り僅か	3名
一楽庵太極拳(中級)	409	水	11:00	35	空き有り	13名

**参加受付中！**

**TEL: 03-5782-8507**

3月15日(月)  
時点の  
申込み状況

※302/326/337は 中上級クラス