

荏原健康センター 2022年度 第1期コース型教室

コースNo	コース名	曜日・時間	参加費	開始日	担当予定	定員	空き状況
1	かんたんエアロ	月曜 9:15	¥8,000	4月4日	広島	18	満員御礼
2	かんたんエアロ	水曜 9:15	¥8,000	4月6日	渡邊	18	満員御礼
3	ストレス解消!のびのび体操	月曜 11:55	¥8,000	4月4日	堀井	18	満員御礼
4	ストレス解消!のびのび体操	水曜 14:45	¥8,000	4月6日	堀井	18	残りわずか
5	中高年の健康運動	水曜 13:25	¥8,000	4月6日	堀井	18	満員御礼
6	中高年の健康運動	木曜 15:15	¥8,000	4月7日	広島	18	満員御礼
7	朝の健康体操	金曜 9:10	¥8,500	4月1日	渡邊	18	満員御礼
8	肩こり・腰痛解消体操	金曜 11:50	¥8,500	4月1日	渡邊	18	満員御礼
9	脂肪燃焼エアロ	月曜 19:45	¥11,200	4月4日	堀井	18	残りわずか
10	脂肪燃焼エアロ	金曜 15:35	¥11,900	4月1日	清水	18	満員御礼
11	ステップシェイプ&ストレッチ	月曜 10:35	¥8,000	4月4日	堀井	18	満員御礼
12	キッズダンスポップ&キュート(5~8歳)	月曜 17:15	¥8,000	4月4日	佐々木	12	満員御礼
13	キッズダンス(5~8歳)	水曜 17:25	¥8,000	4月6日	Kugu	12	満員御礼
14	ジュニアダンス(8~12歳)	木曜 17:00	¥8,000	4月7日	佐々木	12	残りわずか
15	親子元気ファミリー(1歳~2歳半)	土曜 11:30	¥8,500	4月2日	富樫	12	満員御礼
16	親子元気ファミリー(2~6歳)	土曜 12:50	¥8,500	4月2日	富樫	12	満員御礼
17	グループパワー	水曜 19:50	¥9,600	4月6日	YUU	18	残りわずか
18	グループセンチター	月曜 13:15	¥9,600	4月4日	Kugu	18	満員御礼
19	グループセンチター	水曜 12:05	¥9,600	4月6日	Kugu	18	満員御礼
20	ボクシングフィットネス入門	火曜 19:45	¥9,000	4月5日	島田	18	満員御礼
21	はじめてHIPHOP	日曜 9:30	¥12,800	4月3日	安部	18	残りわずか
22	K-POP	土曜 17:20	¥13,600	4月2日	安部	18	空きあり
23	フラダンス初級	火曜 12:45	¥12,000	4月5日	大脇	18	満員御礼
24	フラダンス初級	木曜 12:15	¥12,800	4月7日	垣内	18	満員御礼
25	フラダンス初中級	金曜 17:00	¥13,600	4月1日	高橋	18	満員御礼
26	太極拳(初級)	火曜 15:10	¥9,000	4月5日	松矢	18	満員御礼
27	太極拳(中級)	火曜 16:30	¥10,500	4月5日	松矢	18	満員御礼
28	ピラティス	月曜 14:35	¥9,600	4月4日	Kugu	25	残りわずか
29	ピラティス	月曜 15:55	¥9,600	4月4日	Kugu	25	空きあり
30	ピラティス	水曜 16:05	¥9,600	4月6日	南澤	25	残りわずか
31	ピラティス	木曜 18:20	¥9,600	4月7日	小川	25	残りわずか
32	ピラティス	土曜 16:00	¥10,200	4月2日	脇畑	25	残りわずか
33	骨盤調整エクササイズ	木曜 13:45	¥9,600	4月7日	山形	25	残りわずか
34	リフレッシュヨーガ	木曜 9:15	¥9,600	4月7日	渡邊	25	満員御礼
35	リフレッシュヨーガ	木曜 10:35	¥9,600	4月7日	渡邊	25	残りわずか
36	リフレッシュヨーガ	金曜 10:30	¥10,200	4月1日	渡邊	25	残りわずか
37	リフレッシュヨーガ	金曜 14:15	¥10,200	4月1日	山田	25	満員御礼
38	リフレッシュヨーガ	金曜 18:30	¥10,200	4月1日	薬袋	25	空きあり
39	リフレッシュヨーガ	日曜 12:15	¥9,600	4月3日	山田	25	満員御礼
40	アロマヨーガ	土曜 18:45	¥10,200	4月2日	井口	25	空きあり
C	40代からの健康塾C(多目的室)	火曜 19:30	¥3,200	4月5日	堀井	16	満員御礼
D	40代からの健康塾D	水曜 10:45	¥3,200	4月6日	堀井	18	満員御礼

3/24時点での空き状況です。
 空きのあるクラスは受付・お電話にて承ります。

荏原健康センター 03-3788-7017