

# 荏原健康センター 第1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	8000円
2	ストレス解消!のびのび体操	残り僅か	堀井 女	月曜 12:30	8000円
3	中高年の健康運動	残り僅か	碓 女	水曜 14:25	8500円
4		残り僅か		木曜 16:00	8000円
5	朝の健康体操	空き有り	渡辺 女	金曜 9:15	8000円
6	肩こり・腰痛解消体操	空き有り		金曜 11:35	8000円
7	脂肪燃焼エアロ(初中級)	空き有り	清水 女	金曜 15:30	8000円
8	脂肪燃焼エアロ(初級)	空き有り	堀井 女	月曜 19:45	8000円
9	ステップシェイプ&ストレッチ	空き有り		月曜 11:20	8000円
10	ステップ&スーパー引き締め	空き有り	渡辺 女	水曜 10:10	8500円
11	キッズダンス(5~8歳)	残り僅か	佐々木(麻) 女	月曜 16:45	7500円
12		残り僅か	Kugu 女	水曜 17:00	8500円
13	ジュニダンス(8~12歳)	空き有り	佐々木(麻) 女	月曜 17:55	7500円
14		残り僅か		木曜 17:15	7500円
15	親子で頑張ろう(1歳)	残り僅か	武田 女	金曜 12:55	8000円
16	親子で頑張ろう(2歳)	残り僅か		土曜 12:10	7500円
17	親子で頑張ろう(3~5歳11ヵ月)	満員御礼		土曜 13:20	7500円
18	グループパワー(バーベル筋トレ)	満員御礼	KOBA 男	水曜 19:50	10200円
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	9000円
20	ボクシングフィットネス入門	空き有り	島田 男	火曜 19:45	10200円
21	ボクシングフィットネス	空き有り		木曜 19:45	9600円
22	はじめてHIPHOP	残り僅か	Kugu 女	日曜 10:30	9000円
23	はじめてフラダンス	残り僅か	大脇 女	火曜 13:55	9600円
24		空き有り	垣内 女	木曜 12:30	9000円
25		空き有り	高橋 女	金曜 17:05	9000円
26	ステップアップフラダンス	空き有り	大脇 女	火曜 12:45	9600円
27	はじめて太極拳	空き有り	阿部 女	火曜 15:05	9600円
28	ステップアップ太極拳	空き有り		火曜 16:15	9600円
29	かんたんピラティス	残り僅か	南澤 女	水曜 15:40	9600円
30	ピラティス	空き有り	坂本 女	木曜 18:30	9600円
31		空き有り		土曜 15:40	9600円
32	骨盤調整エクササイズ	残り僅か	山形 女	木曜 14:45	9000円
33	リフレッシュヨーガ	残り僅か	渡辺 女	木曜 9:15	9600円
34		残り僅か		木曜 11:20	9600円
35		満員御礼		金曜 10:25	9600円
36		残り僅か	山田 女	金曜 14:15	9600円
37		空き有り	坂本 女	金曜 18:30	9600円
38		空き有り	山田 女	日曜 12:45	10200円
39	アロマヨーガ	空き有り	井口 女	土曜 19:45	9600円
C	40代 健康塾C	残り僅か	堀井 女	火曜 19:45	3200円
D	40代 健康塾D	満員御礼		水曜 11:20	3200円

3月4日時点でのお申込み状況です。

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。