

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 | 6500円 |
| 2 | ストレス解消!のびのび体操 | 満員御礼 | 堀井 女 | 月曜 12:30 | 6500円 |
| 3 | 中高年の健康運動 | 満員御礼 | 碓 女 | 水曜 14:25 | 8500円 |
| 4 | | 残り僅か | | 木曜 16:00 | 9000円 |
| 5 | 朝の健康体操 | 残り僅か | 渡辺 女 | 金曜 9:15 | 8500円 |
| 6 | 肩こり・腰痛解消体操 | 空き有り | | 金曜 11:35 | 8500円 |
| 7 | 脂肪燃焼エアロ(初中級) | 空き有り | 清水 女 | 金曜 15:30 | 8500円 |
| 8 | 脂肪燃焼エアロ(初級) | 空き有り | 堀井 女 | 月曜 19:45 | 6500円 |
| 9 | ステップシェイプ&ストレッチ | 空き有り | | 月曜 11:20 | 6500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 | 6500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 | 6500円 |
| 14 | | 空き有り | | 木曜 17:15 | 8500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) | 満員御礼 | | 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) | 残り僅か | KOBA 男 | 水曜 19:50 | 10200円 |
| 19 | グループセンチ(ヨガ&ピラティス) | 空き有り | Kugu 女 | 月曜 13:40 | 7800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 | 9600円 |
| 21 | ボクシングフィットネス | 空き有り | | 木曜 19:45 | 10800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 | 9000円 |
| 24 | | 空き有り | 垣内 女 | 木曜 12:30 | 9600円 |
| 25 | | 空き有り | 高橋 女 | 金曜 17:05 | 9600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 | 9000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 | 10800円 |
| 31 | | 空き有り | | 土曜 15:40 | 9000円 |
| 32 | 骨盤調整エクササイズ | 満員御礼 | 山形 女 | 木曜 14:45 | 9600円 |
| 33 | リフレッシュヨーガ | 満員御礼 | 渡辺 女 | 木曜 9:15 | 10800円 |
| 34 | | 残り僅か | | 木曜 11:20 | 10800円 |
| 35 | | 満員御礼 | | 金曜 10:25 | 10200円 |
| 36 | | 残り僅か | 山田 女 | 金曜 14:15 | 10200円 |
| 37 | | 空き有り | 坂本 女 | 金曜 18:30 | 10200円 |
| 38 | | 残り僅か | 山田 女 | 日曜 12:45 | 9000円 |
| 39 | アロマヨーガ | 空き有り | 井口 女 | 土曜 19:45 | 9000円 |
| C | 40代 健康塾C | 満員御礼 | 堀井 女 | 火曜 19:45 | 4000円 |
| D | 40代 健康塾D | 満員御礼 | | 水曜 11:20 | 4000円 |

7月1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。