

# 荏原健康センター 2022年度 第2期コース型教室

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

7/7(木)時点での空き状況です。

空きのあるクラスの2次募集は、

7/10(日)9:00~先着順で承ります。※10日は電話受付のみ

荏原健康センター 03-3788-7017