

# 品川健康センター 2023年度「第2期コース型教室」 充足状況

	No						No						No						No										
	No	コース名	曜日・開始時間	定員	空き状況	残り人数	No	コース名	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数	No	曜日	開始時間	コース名	定員	空き状況	残り人数	No	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数			
体操	51	シェイプ&ストレッチ	水 20:00	35	残り僅か	4名	131	親子ヨーガ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	木	9:30	12	満員御礼		201	月	10:00	初級	6	満員御礼		301	月	14:00	10	満員御礼				
	52	モーニングストレッチ	火 9:30	25	満員御礼		132	赤ちゃん親子・ママビューティー (1ヶ月半~11ヶ月)	★	火	12:00	15	残り僅か	2名	202	月	11:00	初中級	6	満員御礼		302	月	15:00	10	満員御礼			
	53	健康リズム体操	火 13:45	35	空き有り	7名	133	赤ちゃん産後健康ダイエット (1ヶ月半~11ヶ月)		金	13:00	20	空き有り	9名	203	月	12:00	初心者	7	残り僅か	2名	※303	月	16:00	10	満員御礼			
	54	ダンベル&シェイプストレッチ	月 12:00	45	空き有り	12名	134	赤ちゃん産後ボディメイク (1ヶ月半~11ヶ月)	★	水	12:35	20	満員御礼		204	月	13:00	初級	6	満員御礼		304	月	18:00	10	残り僅か	1名		
	55	はじめて健康体操	★	木	14:15	25	空き有り	10名	135	親子でキッズビート体操(3~6歳)		水	15:00	20	空き有り	8名	205	月	18:00	初心者	7	満員御礼		305	月	19:00	10	残り僅か	3名
	56	姿勢改善トレーニング	★	木	15:30	25	空き有り	9名	136	ママとベビーのフィットリトミック(8ヶ月~1歳6ヶ月)		木	13:25	15	満員御礼		206	月	19:00	初中級	6	満員御礼		306	月	20:00	10	残り僅か	4名
	57	ほぐし&リラククス運動	★	水	9:30	25	空き有り	22名	137	よちよち親子体操(1歳~2歳6ヶ月)		水	13:50	20	残り僅か	2名	207	月	20:00	初心者	7	満員御礼		307	月	21:00	10	空き有り	5名
	58	すっきり健康運動	★	水	10:45	25	満員御礼		138	よちよち親子体操(1歳~2歳6ヶ月)	★	土	13:35	20	満員御礼		208	月	21:00	初級	6	満員御礼		308	火	9:30	10	残り僅か	1名
	59	いきいき健康体操	★	金	9:15	45	空き有り	27名	139	わんぱく親子体操(2~6歳)	★	火	10:45	15	残り僅か	3名	209	火	10:00	初心者	7	満員御礼		309	火	10:30	10	満員御礼	
	60	肩こり・腰痛解消教室	★	月	10:45	25	残り僅か	5名	140	わんぱく親子・元気ババ(2~6歳)	★	日	11:45	20	満員御礼		210	火	11:00	初級	6	満員御礼		310	火	11:30	10	残り僅か	1名
	61	肩こり・腰痛解消教室		月	12:00	25	空き有り	7名	141	親子・元気ファミリー(2~6歳)		土	14:45	20	満員御礼		211	火	12:00	初中級	6	残り僅か	1名	311	火	14:00	10	満員御礼	
	62	肩こり・腰痛解消教室	★	木	10:50	25	残り僅か	1名	142	親子・元気ファミリー(2~6歳)		日	13:00	20	満員御礼		212	火	13:00	初級	6	残り僅か	2名	312	火	15:00	10	空き有り	5名
	63	かんたんリズム体操		木	12:15	45	空き有り	32名	143	親子で遊ビート体操(3~6歳)	★	土	12:20	15	満員御礼		213	火	14:00	初中級	6	満員御礼		313	火	16:00	10	残り僅か	1名
	64	筋肉トレーニング(初級)		土	10:30	25	残り僅か	2名	144	親子で遊ビート体操(3~6歳)		日	14:15	15	満員御礼		214	火	15:00	中級	6	残り僅か	3名	314	火	17:20	10	満員御礼	
	65	筋肉トレーニング(初級)		日	9:15	25	残り僅か	5名	401	英語でリトミック(6ヶ月~1歳11ヶ月)		木	9:30	30	満員御礼		215	火	17:00	初心者	7	残り僅か	2名	315	火	18:20	10	満員御礼	
	66	筋肉トレーニング(初中級)		土	9:15	25	空き有り	13名	402	英語でリトミック(2歳~4歳11ヶ月)	★	木	11:00	30	空き有り	18名	216	火	18:00	初中級	6	満員御礼		316	火	19:20	10	満員御礼	
	67	筋肉トレーニング(初中級)	★	日	10:30	25	空き有り	7名	403	英語でリトミック(6ヶ月~1歳11ヶ月)	★	金	9:30	30	満員御礼		217	火	19:00	中級	6	満員御礼		317	火	20:20	10	満員御礼	
	68	身体メンテナンス		木	18:45	25	空き有り	12名	404	英語でリトミック(2歳~3歳11ヶ月)		金	11:00	30	残り僅か	1名	218	火	20:00	初中級	6	満員御礼		318	水	14:00	10	空き有り	6名
	69	骨盤調整エクササイズ	★	火	12:00	25	空き有り	6名	155	キッズビート体操(3歳6ヶ月~6歳)		火	15:40	16	満員御礼		219	水	18:00	初級	6	満員御礼		319	水	15:00	10	空き有り	6名
	70	骨盤調整エクササイズ	★	木	20:00	25	空き有り	16名	156	ジュニアチャレンジ体操(小1~小6)		火	16:50	20	空き有り	7名	220	水	19:00	初心者	7	残り僅か	1名	320	水	16:00	10	空き有り	8名
	71	インナービューティー骨盤ケア		木	10:45	25	空き有り	8名	157	ジュニアチャレンジ体操(小1~小6)		水	16:10	20	残り僅か	4名	221	水	20:00	初級	6	満員御礼		321	水	17:00	10	空き有り	8名
	72	骨盤調整ストレッチ		水	10:30	25	残り僅か	5名	158	ヒヨコ(3~4歳)		月	14:00	10	満員御礼		222	水	21:00	初心者	7	満員御礼		322	水	19:00	10	空き有り	5名
	73	かんたんエアロ		月	10:45	45	空き有り	23名	159	ヒヨコ(3~4歳)	★	金	14:45	10	満員御礼		223	木	11:00	初級	6	満員御礼		323	水	20:00	10	残り僅か	2名
	74	脂肪燃焼エアロ(初中級)		火	9:30	45	空き有り	13名	160	ウサギ(5~6歳)		月	15:10	10	満員御礼		224	木	12:00	初心者	7	満員御礼		324	水	21:00	10	残り僅か	3名
	75	脂肪燃焼エアロ(初中級)		日	9:15	45	残り僅か	5名	161	ウサギ(5~6歳)		金	16:05	10	満員御礼		225	木	14:00	初級	6	満員御礼		325	木	9:30	10	満員御礼	
	77	ボクシングフィットネス		土	20:00	45	空き有り	16名	162	パンダ(小1~小6)		月	16:20	14	満員御礼		226	木	15:00	初中級	6	残り僅か	1名	326	木	10:30	10	残り僅か	1名
	78	マールワークアウト		木	14:30	45	空き有り	34名	163	パンダ(小1~小6)		月	17:30	14	満員御礼		227	木	18:00	初心者	7	残り僅か	1名	327	木	11:30	10	残り僅か	3名
	405	健康麻雀(8回)		月	14:30	16	満員御礼		164	パンダ(小1~小6)	★	金	17:25	14	満員御礼		228	木	19:00	初級	6	満員御礼		328	木	14:00	10	残り僅か	2名
	406	健康麻雀(8回)		月	18:30	16	空き有り	8名	165	キッズ空手(新極真会)(4歳~小2)		木	15:40	20	満員御礼		229	木	20:00	初級	6	満員御礼		329	木	15:00	10	残り僅か	4名
	407	ボディクワイエット		月	12:30	40	空き有り	17名	166	キッズ空手(新極真会)(小1~小6)		木	17:00	20	満員御礼		230	金	10:00	初心者	7	満員御礼		330	木	16:00	10	残り僅か	1名
	A	40代からの健康塾(14回)	★	金	13:15	25	満員御礼		167	キッズビートダンス~キョート (3歳6ヶ月~4歳)		木	14:40	15	残り僅か	4名	231	金	11:00	初級	6	満員御礼		331	木	17:20	10	満員御礼	
	B	40代からの健康塾(14回)	★	土	10:30	25	満員御礼		168	キッズビートダンス~ジャンプ (4~6歳)		木	15:55	15	残り僅か	1名	232	金	12:00	初級	6	満員御礼		※332	木	18:20	10	残り僅か	3名
	80	美姿勢ストレッチ		火	19:00	25	空き有り	7名	169	ジュニアビートダンス(6歳~小6)		木	17:10	15	空き有り	6名	233	金	13:00	初級	6	満員御礼		333	木	19:20	10	満員御礼	
	81	太極拳		火	12:30	45	空き有り	24名	170	ポップ&キョート(5~7歳)		火	15:55	12	残り僅か	2名	234	金	18:00	初中級	6	満員御礼		334	木	20:20	10	満員御礼	
	82	やさしい一乗庵太極拳(初級)		水	9:40	45	空き有り	14名	171	キッズダンス(小1~小6)	★	火	17:10	12	満員御礼		235	金	19:00	初級	6	満員御礼		335	金	9:30	10	満員御礼	
	83	リフレッシュヨーガ		月	13:15	45	空き有り	36名	172	キッズダンス(小1~小6)		金	17:10	20	満員御礼		236	金	20:00	上級	6	満員御礼		336	金	10:30	10	満員御礼	
	84	リフレッシュヨーガ		火	10:45	25	満員御礼		173	キッズK-POPダンス(5~7歳)		水	16:00	18	残り僅か	2名	237	土	10:00	初級	6	満員御礼		337	金	11:30	10	満員御礼	
	85	リフレッシュヨーガ		水	9:15	25	残り僅か	5名	174	キッズK-POPダンス(小1~小6)		水	17:15	18	満員御礼		238	土	11:00	初心者	7	満員御礼		338	金	14:00	10	満員御礼	
	86	リフレッシュヨーガ		水	12:45	25	空き有り	11名	175	キッズチア(3歳6ヶ月~5歳)		月	15:50	16	残り僅か	4名	239	土	12:00	中級	6	満員御礼		339	金	15:00	10	満員御礼	
	87	リフレッシュヨーガ		水	18:45	25	満員御礼		176	キッズチア(5歳~小2)		月	17:10	20	残り僅か	3名	240	土	13:00	初中級	6	満員御礼		340	金	16:00	10	残り僅か	1名
88	リフレッシュヨーガ		水	20:00	25	満員御礼		177	キッズチア(4~6歳)	★	水	15:30	12	残り僅か	4名	241	土	15:00	初級	6	満員御礼		※341	金	18:00	10	残り僅か	3名	
89	朝のゆったりヨーガ	★	金	9:40	25	空き有り	7名	178	キッズチア(小1~小4)	★	水	16:50	12	満員御礼		242	土	16:00	初心者	7	満員御礼		342	金	19:00	10	残り僅か	2名	
90	リフレッシュヨーガ		金	11:00	25	残り僅か	2名	179	スイートビー(小1~小6)		水	17:25	20	空き有り	10名	243	土	17:00	初中級	6	満員御礼		343	金	20:00	10	残り僅か	1名	
91	リフレッシュヨーガ		金	20:00	25	残り僅か	1名	180	スイートビー(小1~小3)		金	15:50	20	空き有り	6名	244	日	10:00	初級	6	満員御礼		344	金	21:00	10	残り僅か	4名	
92	リフレッシュヨーガ		土	14:20	25	空き有り	8名	411	スカッシュジュニア(小1~小4)		木	16:50	7	満員御礼		245	日	11:00	初中級	6	満員御礼		345	土	9:30	10	満員御礼		
93	リフレッシュヨーガ		土	15:35	25	空き有り	9名	412	スカッシュジュニア(小1~小4)		金	16:50	7	満員御礼		246	日	12:00	初心者	7	残り僅か	1名	346	土	10:30	10	満員御礼		
94	リフレッシュヨーガ		土	18:30	45	空き有り	22名							247	日	13:00	初中級	6	満員御礼		347	土	11:30	10	残り僅か	3名			
95	アロマヨーガ		木	18:45	25	空き有り	16名																						