

品川健康センター 2023年度「第3期コース型教室」充足状況

	No					No					No					No							
	コース名	曜日・開始時間	定員	空き状況	残り人数	コース名	曜日・開始時間	定員	空き状況	残り人数	コース名	曜日・開始時間	定員	空き状況	残り人数	コース名	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	空き有り	7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	残り僅か	2名
	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か月半~11ヶ月)	★ 火 12:05	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	10名	133	赤ちゃんと産後健康ダイエット (1か月半~11ヶ月)	金 10:45	15	満員御礼		203	月 12:00	初心者	7	残り僅か	1名	※303	月 16:00	10	残り僅か	4名
	54	ダンベル&シェイプストレッチ	月 12:00	45	空き有り	22名	134	赤ちゃんケア産後ボディメイク (1か月半~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	8名	135	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		205	月 18:00	初心者	7	満員御礼		305	月 19:00	10	残り僅か	2名
	56	姿勢改善トレーニング	★ 木 15:30	25	空き有り	8名	136	よちよち親子体操 (1歳~2歳6ヶ月)	水 13:50	20	満員御礼		206	月 19:00	初中級	6	満員御礼		306	月 20:00	10	空き有り	5名
	57	姿勢改善エクササイズ&ストレッチ	★ 水 9:30	25	空き有り	12名	137	よちよち親子体操 (1歳~2歳6ヶ月)	土 13:35	20	満員御礼		207	月 20:00	初心者	7	満員御礼		307	月 21:00	10	空き有り	8名
	58	すっきり健康運動	★ 水 10:45	25	残り僅か	2名	138	わんぱく親子体操 (2歳~6歳)	★ 火 10:50	15	残り僅か	4名	208	月 21:00	初級	6	満員御礼		308	火 9:30	10	満員御礼	
	59	いきいき健康体操	★ 金 9:15	45	空き有り	26名	139	わんぱく親子体操 (2歳~6歳)	★ 水 15:00	20	残り僅か	4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	空き有り	7名	140	わんぱく親子・元気パパ (2歳~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	満員御礼	
	61	肩こり・腰痛解消教室	月 12:00	25	残り僅か	4名	141	親子・元気ファミリー (2歳~6歳)	土 14:45	20	満員御礼		211	火 12:00	初中級	6	残り僅か	2名	311	火 14:00	10	満員御礼	
	62	肩こり・腰痛解消教室	★ 木 10:50	25	満員御礼		142	親子・元気ファミリー (2歳~6歳)	日 13:00	20	満員御礼		212	火 13:00	初級	6	満員御礼		312	火 15:00	10	空き有り	5名
	63	かんたんリズム体操	木 12:05	25	空き有り	13名	143	親子で遊ビート体操 (3歳~6歳)	★ 土 12:20	15	満員御礼		213	火 14:00	初中級	6	残り僅か	1名	313	火 16:00	10	残り僅か	4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歳~6歳)	日 14:15	15	満員御礼		214	火 15:00	中級	6	空き有り	4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	2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	初級	6	残り僅か	1名	315	火 18:20	10	残り僅か	1名
	66	筋肉トレーニング(初中級)	★ 土 9:15	25	空き有り	11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	6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	9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	9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 11:30	25	残り僅か	4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	5名
	70	骨盤調整エクササイズ	★ 木 20:00	25	空き有り	15名	156	ジュニアチャレンジ体操 (小1~小6)	火 16:50	20	残り僅か	4名	220	水 19:00	初心者	7	満員御礼		320	水 16:00	10	空き有り	7名
	71	インナービューティー骨盤ケア	木 10:45	25	残り僅か	3名	157	ジュニアチャレンジ体操 (小1~小6)	水 16:10	20	満員御礼		221	水 20:00	初級	6	満員御礼		321	水 17:00	10	空き有り	6名
	72	骨盤調整ストレッチ	水 10:30	25	残り僅か	3名	158	ヒヨコ (3~4歳)	月 14:00	10	満員御礼		222	水 21:00	初心者	7	残り僅か	1名	322	水 19:00	10	満員御礼	
	73	かんたんエアロ	月 10:45	45	空き有り	22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	9名	160	ウサギ (5~6歳)	月 15:10	10	満員御礼		224	木 12:00	初心者	7	残り僅か	3名	324	水 21:00	10	残り僅か	2名
	75	脂肪燃焼エアロ(初中級)	日 9:15	45	空き有り	13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	残り僅か	2名
	76	ボクシングフィットネス	土 20:00	45	空き有り	18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
	77	マーシャルワークアウト	木 13:30	45	空き有り	37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	満員御礼		327	木 11:30	10	残り僅か	2名
	405	健康麻雀(8回)	月 14:30	16	残り僅か	1名	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	11名	165	キッズ空手(新極真会) (4歳~小2)	木 15:45	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	3名
	407	ボディクリエイト	月 12:30	40	空き有り	19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	満員御礼	
	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~キュート (3歳6ヶ月~4歳)	木 14:40	15	残り僅か	2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	空き有り	9名	232	金 12:00	初級	6	満員御礼		※332	木 18:20	10	残り僅か	1名
	80	美姿勢ストレッチ	火 19:00	25	空き有り	12名	169	ジュニアビートダンス (6歳~小6)	木 17:10	15	空き有り	8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	26名	170	ポップ&キュート (5~7歳)	火 15:55	16	空き有り	9名	234	金 18:00	初中級	6	満員御礼		334	木 20:20	10	満員御礼	
	82	やさしい一楽庵太極拳(初級)	水 9:40	45	空き有り	13名	171	キッズダンス (小1~小6)	火 17:10	16	残り僅か	1名	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	火 10:15	25	残り僅か	3名	172	キッズダンス (小1~小6)	★ 金 17:10	20	残り僅か	4名	236	金 20:00	上級	6	残り僅か	1名	336	金 10:30	10	満員御礼	
	84	リフレッシュヨーガ	水 9:15	25	残り僅か	4名	173	キッズK-POPダンス (5~7歳)	月 16:15	18	残り僅か	4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 12:45	25	空き有り	14名	174	キッズK-POPダンス (小1~小6)	月 17:30	18	残り僅か	4名	238	土 11:00	初心者	7	残り僅か	1名	338	金 14:00	10	満員御礼	
	86	リフレッシュヨーガ	水 18:45	25	満員御礼		175	キッズK-POPダンス (5~7歳)	水 16:00	18	空き有り	11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 20:00	25	満員御礼		176	キッズK-POPダンス (小1~小6)	水 17:15	18	空き有り	8名	240	土 13:00	初中級	6	満員御礼		340	金 16:00	10	満員御礼	
	88	リフレッシュヨーガ	金 11:00	25	残り僅か	5名	177	キッズチア (3歳6ヶ月~5歳)	月 15:50	16	満員御礼		241	土 15:00	初級	6	満員御礼		※341	金 18:00	10	残り僅か	1名
	89	リフレッシュヨーガ	★ 金 20:00	25	空き有り	7名	178	キッズチア (5歳~小2)	月 17:10	20	残り僅か	4名	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	★ 土 14:15	25	空き有り	7名	179	キッズチア (4~6歳)	★ 水 15:30	12	残り僅か	4名	243	土 17:00	初中級	6	満員御礼		343	金 20:00	10	残り僅か	4名
	91	リフレッシュヨーガ	土 15:30	25	空き有り	6名	180	キッズチア (小1~小4)	★ 水 16:50	12	満員御礼		244	日 10:00	初級	6	満員御礼		344	金 21:00	10	空き有り	5名
	92	リフレッシュヨーガ	土 18:30	45	空き有り	24名	181	スイートビー (小1~小6)	水 17:30	20	空き有り	9名	245	日 11:00	初中級	6	満員御礼		345	土 9:30	10	満員御礼	
93	姿勢改善ヨーガ	月 13:15	45	空き有り	36名	182	スイートビー (小1~小3)	金 15:50	20	空き有り	10名	246	日 12:00	初心者	7	満員御礼		346	土 10:30	10	満員御礼		
94	アロマヨーガ	木 18:45	25	空き有り	17名	411	スカッシュジュニア (小1~小4)	木 16:50	7	満員御礼		247	日 13:00	初中級	6	満員御礼		347	土 11:30	10	残り僅か	1名	
95	朝のゆったりヨーガ	金 9:40	25	空き有り	11名	412	スカッシュジュニア (小1~小4)	金 16:50	7	残り僅か	1名	248	日 15:00	初級	6	満員御礼		348	土 12:30	10	空き有り	5名	
96	ピラティス	月 9:30	45	空き有り	14名					249	日 16:00	初中級	6	満員御礼		349	土 14:30	10	満員御礼				
97	ピラティス	★ 月 10:50	25	満員御礼						250	日 17:00	初級	6	満員御礼		350	土 15:30	10	残り僅か	3名			
98	ピラティス	★ 月 20:00	25	満員御礼											351	土 16:30	10	満員御礼					
99	ピラティス	★ 水 12:00	25	満員御礼											352	土 18:00	10	満員御礼					
100	ピラティス	★ 木 12:00	25	空き有り	12名										353	土 19:00	10	残り僅か	1名				
101	美骨盤ストレッチ	★ 月 18:45	25	空き有り	9名										354	土 20:00	10	残り僅か	4名				
102	気功	木 12:15	45	空き有り	39名										355	日 9:15	10	満員御礼					
408	グループセンタジー	水 9:30	40	満員御礼					</														