

品川健康センター 2024年度「第2期コース型教室」充足状況

	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													
	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	空き有り	9名	親子	131	親子ヨガ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	木	9:30	12	満員御礼		スカッシュ	201	月	10:00	初級	6	満員御礼		ゴルフ★	301	月	14:00	10	満員御礼			
	52	モーニングストレッチ	火	9:30	25	残り僅か	2名		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	4名		202	月	11:00	初中級	6	満員御礼			302	月	15:00	10	残り僅か	4名		
	53	健康リズム体操	火	13:00	35	空き有り	9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	残り僅か		1名	203	月	12:00	初心者	7	残り僅か		2名	※303	月	16:00	10	残り僅か	3名	
	54	ダンベル&シェイプストレッチ	月	12:00	45	空き有り	21名		134	赤ちゃんケガ産後ボディメイク(1か月半~11ヶ月)		水	12:35	20	空き有り		9名	204	月	13:00	初級	6	満員御礼			304	月	18:00	10	満員御礼		
	55	はじめて健康体操	木	14:15	25	空き有り	10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	残り僅か		2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	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	初級	6	満員御礼			306	月	20:00	10	残り僅か	4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	6名		137	よちよち親子体操(1歳~2歳6ヶ月)	★	土	13:35	20	残り僅か		5名	207	月	20:00	初心者	7	満員御礼			307	月	21:00	10	残り僅か	3名	
	58	すっきり健康運動	水	10:45	25	空き有り	7名		138	わんぱく親子体操(2歳~6歳)		火	10:50	15	空き有り		11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	30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	残り僅か		1名	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	4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	残り僅か	3名	
	61	肩こり・腰痛解消教室	★	月	12:00	25	空き有り		9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		満員御礼		311	火	14:00	10	残り僅か	2名
	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	6名
	63	かんたんリズム体操	木	12:05	25	空き有り	14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	満員御礼			313	火	16:00	10	残り僅か	2名	
	64	筋肉トレーニング(初級)	土	10:30	25	満員御礼			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	初心者	7	残り僅か		1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	満員御礼			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		満員御礼		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		7名	402	英語でリトミック(2歳~4歳11ヶ月)	★	木	10:50	30		空き有り	22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	残り僅か		5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	16名		404	英語でリトミック(2歳~3歳11ヶ月)		金	10:50	30	空き有り		16名	218	火	20:00	初中級	6	満員御礼			318	水	14:00	10	残り僅か	3名	
	69	骨盤調整エクササイズ	火	11:30	25	残り僅か	5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	残り僅か	3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	満員御礼			220	水	19:00	初心者	7	満員御礼			320	水	16:00	10	空き有り	6名	
	71	美姿勢骨盤ケア	木	10:45	25	残り僅か	4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		5名	221	水	20:00	初級	6	満員御礼			321	水	17:00	10	クローズ		
	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	14:20	10	満員御礼			222	水	21:00	初心者	7	満員御礼			322	水	19:00	10	残り僅か	3名	
	73	かんたんエアロ	月	10:45	45	空き有り	16名		159	ヒヨコ(3~4歳)		火	14:20	10	満員御礼			223	木	10:00	初心者	7	残り僅か		2名	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		7名	160	ヒヨコ(3~4歳)		金	14:40	10		満員御礼		224	木	11:00	初級	6		満員御礼		324	水	21:00	10	満員御礼	
	75	脂肪燃焼エアロ(初中級)		日	9:15	45	空き有り		15名	161	ウサギ(5~6歳)	★	月	15:25	10		満員御礼		225	木	12:00	初心者	7		満員御礼		325	木	9:30	10	残り僅か	4名
	76	ボクシングフィットネス	土	20:00	45	空き有り	21名		162	ウサギ(5~6歳)		火	15:25	10	満員御礼			226	木	14:00	初級	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	38名		163	ウサギ(5~6歳)		金	15:50	10	満員御礼			227	木	15:00	初中級	6	残り僅か		1名	327	木	11:30	10	満員御礼		
405	健康麻雀(8回)	月	14:30	16	満員御礼		164	パンダ(小1~小6)		月	16:30	14	満員御礼		228	木	18:00	初心者	7	満員御礼		328	木	14:00	10	満員御礼						
406	健康麻雀(8回)	月	18:30	16	空き有り	11名	165	パンダ(小1~小6)		月	17:40	14	満員御礼		229	木	19:00	初級	6	満員御礼		329	木	15:00	10	満員御礼						
407	ボディクリエイト	月	12:30	40	空き有り	21名	166	パンダ(小1~小6)		火	16:30	14	満員御礼		230	木	20:00	初級	6	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	パンダ(小1~小6)		火	17:40	14	満員御礼		231	金	10:00	初心者	7	残り僅か	1名	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	パンダ(小1~小6)		金	17:00	14	満員御礼		232	金	11:00	初級	6	満員御礼		※332	木	18:20	10	満員御礼					
80	美姿勢ストレッチ	火	19:00	25	空き有り	8名	169	キッズ空手(新極真会)(4歳~小2)	★	木	15:45	20	満員御礼		233	金	12:00	初級	6	満員御礼		333	木	19:20	10	満員御礼						
81	太極拳	火	11:45	45	空き有り	32名	170	キッズ空手(新極真会)(小1~小6)		木	17:00	20	満員御礼		234	金	13:00	初級	6	満員御礼		334	木	20:20	10	満員御礼						
82	やさしい楽庵太極拳(初級)	水	9:30	45	空き有り	13名	171	キッズビートダンス~キュート(3歳6ヶ月~4歳)		木	14:40	15	満員御礼		235	金	18:00	初中級	6	満員御礼		335	金	9:30	10	満員御礼						
83	リフレッシュヨガ	火	10:15	25	空き有り	6名	172	キッズビートダンス~ジャンプ(4~6歳)	★	木	15:55	15	残り僅か	4名	236	金	19:00	初級	6	満員御礼		336	金	10:30	10	満員御礼						
84	リフレッシュヨガ	水	9:15	25	空き有り	6名	173	ジュニアビートダンス(6歳~小6)		木	17:10	15	残り僅か	2名	237	金	20:00	上級	6	満員御礼		337	金	11:30	10	満員御礼						
85	リフレッシュヨガ	水	12:45	25	空き有り	11名	174	ポップ&キュート(5~7歳)		火	15:55	16	空き有り	10名	238	土	10:00	初級	6	満員御礼		338	金	14:00	10	満員御礼						
86	リフレッシュヨガ	水	18:45	25	残り僅か	3名	175	キッズダンス(小1~小6)		火	17:10	16	満員御礼		239	土	11:00	初心者	7	満員御礼		339	金	15:00	10	満員御礼						
87	リフレッシュヨガ	水	20:00	25	満員御礼		176	キッズダンス(小1~小6)		金	17:10	20	空き有り	8名	240	土	12:00	中級	6	満員御礼		340	金	16:00	10	残り僅か	1名					
88	リフレッシュヨガ	★	金	11:00	25	空き有り	13名	177	キッズK-POPダンス(5~7歳)	★	月	16:15	18	残り僅か	3名	241	土	13:00	初中級	6	満員御礼		※341	金	18:00	10	空き有り	6名				
89	リフレッシュヨガ		金	20:00	25	残り僅か	1名	178	キッズK-POPダンス(小1~小6)		月	17:30	18	満員御礼		242	土	15:00	初級	6	満員御礼		342	金	19:00	10	満員御礼					
90	リフレッシュヨガ		土	14:15	25	残り僅か	3名	179	キッズK-POPダンス(5~7歳)		水	16:30	18	空き有り	11名	243	土	16:00	初心者	7	満員御礼		343	金	20:00	10	空き有り	5名				
91	リフレッシュヨガ		土	15:30	25	残り僅か	2名	180	キッズK-POPダンス(小1~小6)		水	17:40	18	満員御礼		244	土	17:00	初中級	6	満員御礼		344	金	21:00	10	残り僅か	4名				
92	リフレッシュヨガ		土	18:30	45	空き有り	18名	181	キッズチア(3歳6ヶ月~5歳)		月	15:50	16	残り僅か	2名	245	日	10:00	初級	6	満員御礼		345	土	9:30	10	満員御礼					
93	姿勢改善ヨガ	月	13:15	45	空き有り	38名	182	キッズチア(5歳~小2)	★	月	17:10	20	空き有り	7名	246	日	11:00	初中級	6	満員御礼		346	土	10:30	10	満員御礼						
94	アロマヨガ	木	18:45	25	空き有り	11名	183	キッズチア(4~6歳)		水	15:30	12	空き有り	7名	247	日	12:00	初心者	7	満員御礼		347	土	11:30	10	満員御礼						
95	朝のゆったりヨガ	金	9:40	25	空き有り	9名	184	キッズチア(小1~小4)		水	16:50	12																				