

往原健康センター(往原2-9-6) 全15~17回 ※曜日によって異なります。

コース名	No	曜日・開始時間	定員	コース名	No	曜日・開始時間	定員
かんたんエアロ	★	1 月曜 9:15	各18名	はじめてHIPHOP	21	日曜 9:30	各18名
		2 水曜 9:15		K-POP	22	土曜 17:20	
ストレス解消!のびのび体操	★	3 月曜 11:55		フラダンス(初級)	★	23 火曜 12:45	
		4 水曜 14:45		フラダンス(初級)	★	24 木曜 12:15	
中高年の健康運動	★	5 水曜 13:25		フラダンス(初中級)	★	25 金曜 17:00	
		6 木曜 15:15		太極拳(初級)	★	26 火曜 15:10	
朝の健康体操		7 金曜 9:10		太極拳(中級)	★	27 火曜 16:30	
		8 金曜 11:50		ピラティス	★	28 月曜 14:35	
肩こり・腰痛解消体操		9 月曜 19:45			★	29 月曜 15:55	
	★	10 金曜 15:35			★	30 水曜 16:05	
ステップシェイプ&ストレッチ		11 月曜 10:35			★	31 木曜 18:20	
		12 月曜 17:15			★	32 土曜 16:00	
キッズダンス~ポップ&キュート~(5~8歳)	★	13 水曜 17:25		骨盤調整エクササイズ	33 木曜 13:45		
キッズダンス(5~8歳)		14 木曜 17:00			34 木曜 9:15		
ジュニアダンス(8~12歳)	★	15 土曜 11:30		リフレッシュヨーガ	★	35 木曜 10:35	
親子元気ファミリー(1~2歳6ヶ月)		16 土曜 12:50			36 金曜 10:30		
親子元気ファミリー(2~6歳)	17 水曜 19:50	37 金曜 14:15					
グループパワー		18 月曜 13:15			38 金曜 18:30		
	★	19 水曜 12:05	39 日曜 12:15				
グループセンタジー		20 火曜 19:45	40 土曜 18:45				
	★						

40代からの健康塾★	C	火曜 19:30	16名
	D	水曜 10:45	18名

※Dは運動量の多いコース(ステップ台を使用します。)
 ※各¥3,200(税込)/全14回
 ※入金後のコースの変更・返金・譲渡は不可

コースNo.	受講料
1~6、11~14	¥8,000(税込)
7、8、15、16	¥8,500(税込)
20、26	¥9,000(税込)
17~19、28~31、33~35、39	¥9,600(税込)
32、36~38、40	¥10,200(税込)
27	¥10,500(税込)
9	¥11,200(税込)
10	¥11,900(税込)
23	¥12,000(税込)
21、24	¥12,800(税込)
22、25	¥13,600(税込)

※★は同一枠内で、1人1通のみ申込可能

※No.15・16は親1人子ども1人で1組

※月齢・年齢は2022年3月31日時点

※区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選

(キャンセル待ち番号に関しては、優先なしでの抽選です。)

※在住・在勤・在学の確認をする場合がございます。

※入金後のコースの変更・返金・譲渡は不可

※定員に満たないコースは3月13日(日)9:00より先着順で受付(13日は電話受付のみ)

※申込人数が少ないコースは、閉講する場合がございます。

※社会情勢により、定員が変更になる場合がございます。

第1期コーススケジュール予定

(コースにより変更の場合有)

2022年4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

2022年5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2022年6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

2022年7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



コース型教室休講



休館日