

品川健康センター 2025年度「第1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 振り人数							No. コース名 曜日 開始時間 定員 空き状況 振り人数							No. 曜日 開始時間 コース名 定員 空き状況 振り人数							No. 曜日 開始時間 定員 空き状況 振り人数								
	No.	コース名	曜日	開始時間	定員	空き状況	振り人数	No.	コース名	曜日	開始時間	定員	空き状況	振り人数	No.	曜日	開始時間	コース名	定員	空き状況	振り人数	No.	曜日	開始時間	定員	空き状況	振り人数			
体操	51	シェイプ&ストレッチ	水	20:00	35	満員御礼		131	親子ヨーガ(2ヶ月~1歳5ヶ月)	木	9:30	12	残り僅か	4名	201	月	10:00	初級	6	満員御礼		301	月	14:00	10	残り僅か	3名			
	52	モーニングストレッチ	火	9:30	25	残り僅か	1名	132	赤ちゃん親子・ママビューティー(1ヶ月半~11ヶ月)	火	10:50	15	空き有り	11名	202	月	11:00	初級	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	18名	133	赤ちゃんと産後健康ダイエット(1ヶ月半~11ヶ月)	★	月	10:45	15	残り僅か	1名	203	月	12:00	初心者	7	残り僅か	1名	※303	月	16:00	10	残り僅か	1名		
	54	ダンベルシェイプ&ストレッチ	月	11:50	45	空き有り	23名	134	赤ちゃんと産後健康ダイエット(1ヶ月半~11ヶ月)	金	10:45	15	空き有り	8名	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	6名	135	ママとベビーのフィットリミック(8ヶ月~1歳6ヶ月)	木	12:15	20	残り僅か	4名	205	月	18:00	初心者	7	空き有り	5名	305	月	19:00	10	空き有り	6名			
	56	姿勢改善トレーニング	木	15:30	25	空き有り	13名	136	よちよち親子体操(1歳~2歳6ヶ月)	水	13:50	20	空き有り	15名	206	月	19:00	初級	6	満員御礼		306	月	20:00	10	残り僅か	3名			
	57	姿勢改善エクササイズ&ストレッチ	水	9:30	25	残り僅か	3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	1名	207	月	20:00	初心者	7	満員御礼		307	月	21:00	10	残り僅か	4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)	水	15:00	20	空き有り	6名	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	32名	139	わんぱく親子・元気ババ(2歳~6歳)	日	11:45	20	満員御礼		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	親子・元気ファミリー(2歳~6歳)	★	土	14:45	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	4名		
	61	肩こり腰痛解消教室	★	月	12:00	25	空き有り	12名	141	親子・元気ファミリー(2歳~6歳)	日	13:00	20	満員御礼		211	火	12:00	初級	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	残り僅か	1名	142	親子で遊ビート体操(3歳~6歳)	★	土	12:20	15	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	13名	143	親子で遊ビート体操(3歳~6歳)	★	日	14:15	15	残り僅か	3名	213	火	14:00	初級	6	満員御礼		313	火	16:00	10	残り僅か	3名		
	64	シェイプSTEP(中級)	金	20:00	15	空き有り	12名	401	英語でリトミック(6ヶ月~1歳11ヶ月)	木	9:30	30	空き有り	17名	214	火	15:00	初級	6	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)	土	10:30	25	満員御礼		402	英語でリトミック(2歳~4歳11ヶ月)	★	木	10:50	30	空き有り	28名	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(初級)	★	日	9:15	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		216	火	18:00	初級	6	満員御礼		316	火	19:20	10	満員御礼		
	67	筋肉トレーニング(初級)	★	土	9:15	25	残り僅か	1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	22名	217	火	19:00	中級	6	満員御礼		317	火	20:20	10	満員御礼		
	68	筋肉トレーニング(初級)	★	日	10:30	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	残り僅か	2名	218	火	20:00	初級	6	満員御礼		318	水	14:00	10	空き有り	5名	
	69	身体メンテナンス	木	18:45	25	空き有り	17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	9名	219	水	10:00	初級	6	満員御礼		319	水	15:00	10	空き有り	8名		
	70	骨盤調整エクササイズ	火	11:30	25	満員御礼		157	ジュニアチャレンジ体操(小1~小6)	★	水	16:10	20	残り僅か	3名	220	水	11:00	初級	6	残り僅か	2名	320	水	16:00	10	残り僅か	4名		
	71	骨盤調整エクササイズ	木	20:00	25	空き有り	13名	158	ヒヨコ(3歳~4歳)	★	月	14:20	10	満員御礼		221	水	12:00	初級	6	空き有り	5名	321	水	17:00	10	空き有り	9名		
	72	美姿勢骨盤ケア	木	10:45	25	空き有り	7名	159	ヒヨコ(3歳~4歳)	★	火	14:20	10	満員御礼		222	水	13:00	初級	6	空き有り	4名	322	水	19:00	10	空き有り	5名		
	73	骨盤調整ストレッチ	水	10:30	25	残り僅か	3名	160	ヒヨコ(3歳~4歳)	★	金	14:40	10	満員御礼		223	水	18:00	初級	6	満員御礼		323	水	20:00	10	残り僅か	4名		
	74	かんたんエアロ	月	10:40	45	空き有り	21名	161	ウサギ(5歳~6歳)	★	月	15:25	10	満員御礼		224	水	19:00	初心者	7	満員御礼		324	水	21:00	10	残り僅か	4名		
	75	オリジナルエアロ	★	火	9:30	45	空き有り	14名	162	ウサギ(5歳~6歳)	★	火	15:25	10	満員御礼		225	水	20:00	初級	6	満員御礼		325	木	9:30	10	空き有り	6名	
	76	オリジナルエアロ	★	日	9:15	45	空き有り	21名	163	ウサギ(5歳~6歳)	★	金	15:50	10	満員御礼		226	水	21:00	初心者	7	満員御礼		326	木	10:30	10	残り僅か	4名	
	77	ボクシングフィットネス	土	20:00	45	空き有り	21名	164	パンダ(小1~小6)	★	月	16:30	14	満員御礼		227	木	10:00	初心者	7	空き有り	4名	327	木	11:30	10	空き有り	7名		
	78	マッシュルームワークアウト	土	19:30	25	空き有り	8名	165	パンダ(小1~小6)	★	月	17:40	14	満員御礼		228	木	11:00	初級	6	満員御礼		328	木	14:00	10	満員御礼			
	405	健康麻雀(8回・150分)	月	14:30	16	満員御礼		166	パンダ(小1~小6)	★	火	16:30	14	満員御礼		229	木	12:00	初心者	7	満員御礼		329	木	15:00	10	残り僅か	3名		
	406	健康麻雀(8回・150分)	月	18:30	16	空き有り	13名	167	パンダ(小1~小6)	★	火	17:40	14	満員御礼		230	木	14:00	初級	6	満員御礼		330	木	16:00	10	空き有り	5名		
	407	ボディクリエイト	月	12:30	40	空き有り	20名	168	パンダ(小1~小6)	★	金	17:00	14	満員御礼		231	木	15:00	初級	6	満員御礼		331	木	17:20	10	満員御礼			
	A	40代からの健康塾(14回)	★	金	13:15	25	満員御礼		169	キッズ空手(新種真金)(4歳~小2)	★	木	15:45	20	満員御礼		232	木	19:00	初心者	7	満員御礼		※332	木	18:20	10	満員御礼		
	B	40代からの健康塾(14回)	★	土	10:30	25	満員御礼		170	キッズ空手(新種真金)(小1~小6)	★	木	17:00	20	空き有り	8名	233	木	20:00	初級	6	満員御礼		333	木	19:20	10	満員御礼		
	501	トリム体操(90分)	木	9:30	35	残り僅か	1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	空き有り	7名	234	木	21:00	初級	6	満員御礼		334	木	20:20	10	満員御礼			
	502	トリム体操(90分)	金	16:00	20	残り僅か	1名	172	キッズビートダンス~ジャンプ(4歳~6歳)	★	木	15:55	15	空き有り	11名	235	金	10:00	初心者	7	残り僅か	3名	335	金	9:30	10	満員御礼			
	リフレッシュ	80	美姿勢ストレッチ	火	19:00	25	空き有り	12名	173	ジュニアビートダンス(6歳~小6)	★	木	17:10	15	空き有り	10名	236	金	11:00	初級	6	満員御礼		336	金	10:30	10	残り僅か	1名	
		81	やさしい一楽庵太極拳(初級)	水	9:30	45	空き有り	6名	174	ポップ&キュート(5歳~7歳)	★	火	15:55	16	空き有り	9名	237	金	12:00	初級	6	満員御礼		337	金	11:30	10	満員御礼		
		82	リフレッシュヨーガ	月	13:00	25	空き有り	18名	175	キッズダンス(小1~小6)	★	火	17:10	16	満員御礼		238	金	13:00	初級	6	満員御礼		338	金	14:00	10	残り僅か	1名	
		83	リフレッシュヨーガ	火	10:15	25	空き有り	9名	176	キッズダンス(小1~小6)	★	金	17:10	20	空き有り	9名	239	金	18:00	初級	6	満員御礼		339	金	15:00	10	残り僅か	1名	
		84	リフレッシュヨーガ	水	9:15	25	空き有り	6名	177	キッズダンス(5歳~7歳)	★	月	16:15	18	満員御礼		240	金	19:00	初級	6	満員御礼		340	金	16:00	10	残り僅か	2名	
		85	リフレッシュヨーガ	水	12:50	25	空き有り	18名	178	キッズK-POPダンス(5歳~7歳)	★	水	16:30	18	空き有り	16名	241	金	20:00	上級	6	満員御礼		※341	金	18:00	10	空き有り	5名	
		86	リフレッシュヨーガ	★	水	18:45	25	残り僅か	4名	179	キッズK-POPダンス(小1~小6)	★	水	17:40	18	満員御礼		242	土	10:00	初級	6	満員御礼		342	金	19:00	10	残り僅か	3名
		87	リフレッシュヨーガ	★	水	20:00	25	満員御礼		180	キッズチア(3歳6ヶ月~5歳)	★	月	15:50	16	満員御礼		243	土	11:00	初心者	7	満員御礼		343	金	20:00	10	残り僅か	3名
		88	リフレッシュヨーガ	★	金	11:00	25	空き有り	11名	181	キッズチア(5歳~小2)	★	月	17:10	20	空き有り	7名	244	土	12:00	中級	6	満員御礼		344	金	21:00	10	空き有り	7名
		89	リフレッシュヨーガ	★	金	20:00	25	空き有り	6名	182	キッズチア(4~6歳)	★	水	15:30	12	空き有り	9名	245	土	13:00	初級	6	満員御礼		345	土	9:30	10	満員御礼	
		90	リフレッシュヨーガ	★	土	14:10	25	空き有り	7名	183	キッズチア(小1~小4)	★	水	16:50	12	空き有り	12名	246	土	15:00	初級	6	満員御礼		346	土	10:30	10	満員御礼	
		91	リフレッシュヨーガ	★	土	15:20	25	空き有り	6名	184	スイートビー(小1~小6)	★	水	17:30	20	空き有り	12名	247	土	16:00	初心者	7	残り僅か	1名	347	土	11:30	10	残り僅か	2名
		92	リフレッシュヨーガ	★	土	18:40																								