

# 健康運動教室空き情報詳細

曜日	時間	10時～11時	11時15分～ 12時15分	12時30分～ 13時30分	13時45分～ 14時45分	15時～16時	17時～18時	18時15分～ 19時15分	19時30分～ 20時30分
月曜日		<del>受付終了</del> やさしいエアロ	腰痛肩こり 予防体操	<del>受付終了</del> アンチエイジング ヨガ	ベリーダンス	ヨガストレッチ		はじめて ボクシング エクサ	リラックスヨガ
火曜日		<del>受付終了</del> やさしいヨガ	<del>受付終了</del> コアトレーニング	はじめて ボクシング エクサ	ストレッチ & トレーニング	シェイプアップエクサ		ルーシーダットン	<del>受付終了</del> リラックスヨガ
水曜日		<del>受付終了</del> ホットエアロ	<del>受付終了</del> ヨガストレッチ	ピラティス	<del>受付終了</del> エアロ & ストレッチ	ZUMBA	キッズダンス ※2(小学1～6年)	<del>受付終了</del> はじめて パワーヨガ	やさしいエアロ
金曜日		<del>受付終了</del> コアストレッチ体操	<del>受付終了</del> はじめてエアロ	<del>受付終了</del> アンチエイジング ヨガ	<del>受付終了</del> 産後ヨガ	<del>受付終了</del> ハイアンフラ ◆15時15分～16時15分			<del>受付終了</del> ホットヨガ ◆19時～20時
土曜日		<del>受付終了</del> 脂肪燃焼エアロ	<del>受付終了</del> ヨガ & ピラティス	ルーシーダットン (姿勢改善プログラム)	<del>受付終了</del> リラックスヨガ	オリジナルエアロ			気功 ◆19時～20時
日曜日		<del>受付終了</del> ピラティス	かんたんエアロ						

二次募集の方は終了致しましたが空きのある教室に関しては随時募集しております。  
尚、教室開始後の参加の場合でも受講料は全額頂戴致しますのでご了承ください。

