

4期 定期教室 開催日程 (2025年1月~3月)

▼子ども向け定期教室

No.	教室名	対象	曜日	時間	開催日						定員	参加料 (税込)	場所
T1	ママヨガ	生後3か月~ 1歳6か月の親子	水	10:30~11:25	1/8 2/19	1/15 2/26	1/22 3/5	1/29 3/12	2/5 3/19	2/12	15組	¥9,020	幼児体育室
T2	親子体操 (1歳クラス)	1歳の親子	火	10:00~10:55	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	20組	¥7,380	幼児体育室
T3	親子体操 (1歳・2歳クラス)	1歳~2歳の 親子	月	10:00~10:55	1/6 3/10	1/20 3/17	2/3	2/10	2/17	3/3	20組	¥6,560	幼児体育室
T4			火	11:00~11:55	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	20組	¥7,380	
T5			金	10:00~10:55	1/10 2/21	1/17 2/28	1/24 3/7	1/31 3/14	2/7 3/21	2/14	20組	¥9,020	
T6			土	10:00~10:55	1/11 2/22	1/18 3/1	1/25 3/15	2/1 3/22	2/8	2/15	20組	¥8,200	
T7			日	10:00~10:55	1/12 3/2	1/19 3/9	1/26 3/16	2/2 3/23	2/9	2/16	20組	¥8,200	
T8			親子ではじめてボール	2歳~4歳	木	10:00~10:55	1/16 2/27	1/23 3/6	1/30 3/13	2/6	2/13	2/20	
T9	体操 (知育クラス)	2歳6か月~4歳	月	11:10~12:05	1/6 3/10	1/20 3/17	2/3	2/10	2/17	3/3	15名	¥6,560	幼児体育室
T10			火	13:30~14:25	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	15名	¥7,380	
T11			土	11:10~12:05	1/11 2/22	1/18 3/1	1/25 3/15	2/1 3/22	2/8	2/15	15名	¥8,200	
T12			土	12:10~13:05	1/11 2/22	1/18 3/1	1/25 3/15	2/1 3/22	2/8	2/15	15名	¥8,200	
T13	体操 (2歳6か月~4歳クラス)	2歳6か月~4歳	金	11:00~11:55	1/10 2/21	1/17 2/28	1/24 3/7	1/31 3/14	2/7 3/21	2/14	15名	¥9,020	幼児体育室
T14			日	11:00~11:55	1/12 3/2	1/19 3/9	1/26 3/16	2/2 3/23	2/9	2/16	15名	¥8,200	
T15	体操 (年少クラス)	年少	土	9:50~10:45	1/11 3/15	1/25 3/22	2/1	2/15	2/22	3/1	15名	¥6,560	小体育室
T16	体操 (年中・年長クラス)	年中~年長	水	15:00~15:55	1/8 2/19	1/15 2/26	1/22 3/5	1/29 3/12	2/5 3/19	2/12	15名	¥9,020	幼児体育室
T17			土	11:00~11:55	1/11 3/15	1/25 3/22	2/1	2/15	2/22	3/1	20名	¥6,560	小体育室
T18	K-POPダンス	小学生	土	12:15~13:10	1/11 2/22	1/18 3/1	1/25 3/8	2/1 3/15	2/8 3/22	2/15	15名	¥9,680	Sスタジオ
T19	テーマパークダンス	4歳~未就学児	木	16:00~16:55	1/9 2/20	1/16 2/27	1/23 3/6	1/30 3/13	2/6	2/13	15名	¥8,800	Aスタジオ
T20		小学生	木	17:00~17:55	1/9 2/20	1/16 2/27	1/23 3/6	1/30 3/13	2/6	2/13	15名	¥8,800	Aスタジオ

▼大人向け定期教室

No.	教室名	対象	曜日	時間	開催日						定員	参加料 (税込)	場所	
T21	骨盤調整姿勢スッキリ	18歳以上	月	10:00~10:55	1/6 3/10	1/20 3/17	2/3	2/10	2/17	3/3	20名	¥5,680	Sスタジオ	
T22	ダンスシェイプ		火	11:15~12:10	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	20名	¥7,920	Sスタジオ	
T23	シニア健康体操		火	12:30~13:25	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	20名	¥4,590	Sスタジオ	
T24	いきいき体操		火	11:00~11:55	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	25名	¥4,590	第一武道場	
T25			水	11:00~11:55	1/8 2/19	1/15 2/26	1/22 3/5	1/29 3/12	2/5 3/19	2/12	15名	¥5,610	Sスタジオ	
T26	ヘルピックスストレッチ		金	11:00~11:55	1/10 2/21	1/17 2/28	1/24 3/7	1/31 3/14	2/7 3/21	2/14	15名	¥5,610	Sスタジオ	
T27			火	10:00~10:55	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	25名	¥6,390	第一武道場	
T28	ピラティス初級		木	20:00~20:55	1/9 2/20	1/16 2/27	1/23 3/6	1/30 3/13	2/6	2/13	20名	¥7,100	Aスタジオ	
T29			水	13:10~14:05	1/8 2/19	1/15 2/26	1/22 3/5	1/29 3/12	2/5 3/19	2/12	20名	¥9,680	Sスタジオ	
T30	フットサル【ビギナー】①		60歳以上	水	19:00~20:25	1/8 2/19	1/15 2/26	1/22 3/5	1/29 3/12	2/5 3/19	2/12	25名	¥10,560	大体育室
T31	フットサル【ゲーム】				20:30~21:55	1/8 2/19	1/15 2/26	1/22 3/5	1/29 3/12	2/5 3/19	2/12	25名	¥10,560	大体育室
T32	フットサル【ビギナー】②			土	9:15~10:40	1/11 3/15	1/25 3/22	2/1	2/15	2/22	3/1	25名	¥7,680	大体育室
T33	フットサル【チャレンジ】				10:45~12:10	1/11 3/15	1/25 3/22	2/1	2/15	2/22	3/1	25名	¥7,680	大体育室
T34	ビューティーバランスウォーク			木	13:00~13:55	1/9 2/20	1/16 2/27	1/23 3/6	1/30 3/13	2/6	2/13	20名	¥8,800	Aスタジオ
T35	フラダンス初級			木	14:00~14:55	1/9 2/20	1/16 2/27	1/23 3/6	1/30 3/13	2/6	2/13	20名	¥8,800	Sスタジオ
T36	気功・太極拳			金	10:00~10:55	1/10 2/21	1/17 2/28	1/24 3/7	1/31 3/14	2/7 3/21	2/14	20名	¥7,810	Sスタジオ
T37	基礎から学ぼうはじめてサルサ			金	12:00~12:55	1/10 2/21	1/17 2/28	1/24 3/7	1/31 3/14	2/7 3/21	2/14	15名	¥9,680	Aスタジオ
T38	美呼吸ヨガ		金	14:15~15:10	1/10 2/21	1/17 2/28	1/24 3/7	1/31 3/14	2/7 3/21	2/14	20名	¥9,680	Sスタジオ	
T39	基礎からしっかりはじめてバレエ		土	15:40~16:25	1/11 3/1	1/18 3/8	2/1 3/15	2/8 3/22	2/15	2/22	15名	¥8,800	Aスタジオ	
T40	バレトン		土	17:00~17:50	1/11 2/22	1/18 3/1	1/25 3/8	2/1 3/15	2/8 3/22	2/15	20名	¥9,680	Aスタジオ	
T41	アシックス シニアウォーキングラボ	火	10:00~11:00	1/7 3/4	1/14 3/11	1/21 3/18	1/28	2/4	2/18	15名	¥9,900	Sスタジオ		
T42	低負荷バランス体操	水	9:30~10:25	1/8 2/19	1/15 2/26	1/22 3/5	1/29 3/12	2/5 3/19	2/12	20名	¥5,610	Sスタジオ		

▼特別教室

No.	教室名	対象	曜日	時間	開催日			定員	参加料 (税込)	内容
T43	障がい者水泳教室	小・中・高校生の 障がい者	月	17:00~17:55	1/20	2/17	3/17	10名	¥2,880 (税込)	※介助不要で自立して参加できる方に限ります。 水泳を通じて個性や可能性を伸ばし自信を育み、仲間づくり など社会的学習性の習得を目指します。