【一宮市尾西スポーツセンター】2025年度3期 開催教室・講座

| | | | 朝ヨガA3 | | | |
|--------------------|---------------|-------------|-----------------------------------|------------------|-------------------------|-------------------|
| | 朝から | 33ガで心とカラダを整 | をえましょう!柔軟性と | 筋力アップを目指しる | ます。 | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| BG747 | 15歳以上 | 30名 | ¥5,940 | 7.21.28 | 11.18 | 補給水 |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服 |
| 全9回 | 柔道場 | 火 | 9:15~10:15 | 2.9.16.23 | | |
| | 申込期間 | | | 随時· | 申込 | |
| 申込結果 | | | みいただきましたお客 追加募集を行 空き状況は随時窓口 | っております。 | | |
| | | 親 | 子ふれあい体創ん | 1 3 | | |
| | 五感を刺激し | 、心と体のふれあい、 | 育みあいをします。親 | 子仲間の集団活動を | を促進します。 | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| BG748 | 1歳~3歳児とその保護者 | 30組 | ¥5,940 | 7.21.28 | 11.18 | 補給水 |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル |
| 全9回 | 柔道場 | 火 | 10:30~11:30 | 2.9.16.23 | | 運動のできる服装 |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | |
| | | | リセットヨガA3 | | | |
| | | 心地よくポーズをとっ | て、心と体を開いてリラ | ックスし楽しみます。 | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| BG749 | 15歳以上 | 20名 | ¥5,940 | 7.21.28 | 11.18 | 補給水 |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル |
| 全9回 | 第2会議室 | 火 | 10:30~11:30 | 2.9.16.23 | | ∞ 運動のできる服装 |
| | 申込期間 | | | 申込 | 終了 | |
| 申込結果 | | 定員 | みいただきましたお客 となりましたので、受 | 対を終了させて頂き | | |
| | フレールチェル・ | | &ボディーメンテ レーニングやフィットネス | | 事か<i>はもた</i>り+ → | |
| 巫 誰っ l* | 1 | | | | _ | 1 |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 7 21 29 | 11月 | 持ち物 補給水 |
| BG750 回数 | 15歳以上 | 15名 | ¥5,940 | 7.21.28 | 11.18 | タオル |
| | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | 運動のできる服装 |
| 全9回 | 第2会議室 申込期間 | 火 | 13:30~14:30 | 2.9.16.23 随時 | 由 ;λ | 運動シューズ |
| | | お申込 | よみいただきましたお を 追加募集を行 | 昇様全員当選となり | | |

| | 7L Y至 手上 D | | わくわくキッズ体操A などを行います。体力と | _ | た言いませ | | | |
|-------|---|----------|-------------------------------------|--------------|------------|-------------------|--|--|
| In | | | | | | 14.14 | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 補給水 | | |
| BG751 | 年少~年長 | 30名 | ¥5,940 | 7.21.28 | 11.18 | タオル | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | 運動のできる服 | | |
| 全9回 | アリーナ 申込期間 | 火 | 16:00~17:00 | 2.9.16.23 随時 | ф: ז | 運動シューズ | | |
| | 中区规间 | | 3 | 地 | 中心 | | | |
| 申込結果 | お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | | |
| | T#4+(7.1. | | ラトライスポーツ(球 | _ | 1451 ++ | | | |
| | , | | 中心に行います。苦手 | - | | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG752 | 小学1年生~6年生 | 30名 | ¥5,940 | 7.21.28 | 11.18 | 補給水 タオル | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | 運動のできる服装 | | |
| 全9回 | アリーナ | 火 | 17:30~18:30 | 2.9.16.23 | | 運動シューズ | | |
| | 申込期間 | | | 随時 | 甲込 | | | |
| 申込結果 | 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | | |
| | | | はじめてのヨガA3 | 3 | | | | |
| | 3ガ初心者の方に | も安心して参加 | できる優しい日ガ教室。 | 柔軟できれいな体作 | りを目指します。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG753 | 15歳以上 | 20名 | ¥5,940 | 7.21.28 | 11.18 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル | | |
| 全9回 | 第2会議室 | 火 | 19:30~20:30 | 2.9.16.23 | | 運動のできる服 | | |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | | | |
| 申込結果 | | | 込みいただきましたおそ 追加募集を行 、空き状況は随時窓口 | っております。 | | | | |
| | | | ますます元気教室& | \ 3 | | | | |
| | 転倒 | 防止、俊敏性、刻 | 柔軟性トレーニングを行い | 、健康促進に繋げ | ます。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG754 | 60歳以上 | 30名 | ¥4,400 | 8.15.22.29 | 5.12.19.26 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服装 | | |
| 비奴 | 卓剣場 | 水 | 9:00~10:00 | 3.10 | | 運動シューズ | | |
| 全10回 | | | • | 申込 | 終了 | | | |
| | 会場 曜日 時間 12月 1月 _{運動のできる服装} | | | | | | | |

| | | | ますます元気教室に | | | |
|---|---|--|---|--|---|---|
| | 転倒 | 防止、俊敏性、柔 | ミ軟性トレーニングを行し | ハ、健康促進に繋げ | ます。 | 1 |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| BG755 | 60歳以上 | 30名 | ¥4,400 | 8.15.22.29 | 5.12.19.26 | 補給水 タオル |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | 運動のできる服装 |
| 全10回 | 卓剣場 申込期間 | 水 | 10:20~11:20 | 3.10 | <u> </u> | 運動シューズ |
| 申込結果 | | | 込みいただきましたお? 員となりましたので、受 | | | |
| | | | ベビーマッサージA | 3 | | |
| | | 肌に優しいオイル | レでベビーマッサージ。 愛え | 善関係を築きます。 | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| BG756 | 生後 2ヶ月からハイハイまでの赤ちゃんと保護者 | 20組 | ¥6,600 | 8.15.22.29 | 5.12.19.26 | バスタオル 2 枚 補給水 |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | (ミルクなど) |
| 全10回 | 第2会議室 | 水 | 11:30~12:30 | 3.10 | <u> </u> | 運動のできる服装 |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | |
| | | | | | | |
| | 体を使った遊び | | 運動あそび~えくに 力を高めます。親子のご | | 効果があります。 | |
| 受講コード | 体を使った遊び 対象 | | | | 効果があります。 11月 | 持ち物 |
| 受講コード BG757 | 1 | を通して、運動能 | 力を高めます。親子のコ |]ミュニケーションにもタ | 1 | 持ち物 補給水 |
| | 対象 | を通して、運動能 定員 | 力を高めます。親子のユ 参加費 | ミュニケーションにもす 10月 | 11月 | 補給水 タオル |
| BG757 | 対象 1歳半~2歳児と保護者 会場 柔道場 | を通して、運動能 定員 20組 | カを高めます。親子の2 参加費 ¥6,600 | ミュニケーションにもず 10月 1.8.22.29 12月 3.10 | 11月 5.12.19.26 1月 | 補給水 タオル |
| BG757 回数 | 対象 1歳半〜2歳児と保護者 会場 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 | カを高めます。親子の3 参加費 ¥6,600 時間 | ミュニケーションにもず 10月 1.8.22.29 12月 3.10 | 11月 5.12.19.26 | 補給水 タオル |
| BG757 回数 | 対象 1歳半~2歳児と保護者 会場 柔道場 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 水 | カを高めます。親子の3 参加費 ¥6,600 時間 | Iミュニケーションにもの 10月 1.8.22.29 12月 3.10 申込 客様全員当選となり | 11月 5.12.19.26 1月 終了 | 補給水 タオル |
| BG757 回数 全10回 | 対象 1歳半~2歳児と保護者 会場 柔道場 申込期間 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 水 お申 定 | 力を高めます。親子のご 参加費 ¥6,600 時間 13:45~14:45 込みいただきましたおそ 員となりましたので、受 | ドユニケーションにもの 10月 1.8.22.29 12月 3.10 申辺 客様全員当選となり 付を終了させて頂き | 11月 5.12.19.26 1月 終了 ました。 ます。 | 補給水 タオル |
| BG757 回数 全10回 申込結果 | 対象 1歳半~2歳児保護者 会場 柔道場 申込期間 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 水 水 お申 定 、、跳ぶ、転がる、ふ | 力を高めます。親子のご参加費 ¥6,600 時間 13:45~14:45 込みいただきましたおき 員となりましたので、受 | 10月 1.8.22.29 12月 3.10 申込 客様全員当選となり 付を終了させて頂き | 11月 5.12.19.26 1月 終了 ました。 ます。 | 補給水 タオル 運動のできる服 |
| BG757 回数 全10回 申込結果 | 対象 1歳半~2歳児保護者 会場 柔道場 申込期間 走る 対象 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 水 お申 定 、跳ぶ、転がる、3 定員 | 力を高めます。親子のご参加費 | 10月 1.8.22.29 12月 3.10 申込 等様全員当選となり 付を終了させて頂き お~A3 遊びの中で身につけま | 11月 5.12.19.26 1月 終了 ました。 ます。 | 補給水 タオル |
| BG757 回数 全10回 申込結果 受講コード BG758 | 対象 1歳半~2歳児保護者 会場 柔道場 申込期間 走る 対象 年少 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 水 お申 定 、跳ぶ、転がる、ふ 定員 12名 | カを高めます。親子の三 参加費 ¥6,600 時間 13:45~14:45 込みいただきましたおき 員となりましたので、受 運動あそび~えがる 添ら下がるなどの動作を返 参加費 ¥8,800 | 10月 1.8.22.29 12月 3.10 申込 客様全員当選となり 付を終了させて頂き お~A3 遊びの中で身につけま 10月 1.8.22.29 | 11月 5.12.19.26 1月 終了 ました。 ます。 11月 5.12.19.26 | 補給水 タオル 運動のできる服 持ち物 補給水 |
| BG757 回数 全10回 申込結果 受講コード BG758 回数 | 対象 1歳半~2歳児と保護者 会場 柔道場 申込期間 走る 対象 年少 会場 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 水 水 お申 定 に はが、転がる、な 定員 12名 曜日 | カを高めます。親子のご参加費 | 10月 1.8.22.29 12月 3.10 申辺 客様全員当選となり 付を終了させて頂き お~A3 遊びの中で身につけま 10月 1.8.22.29 | 11月 5.12.19.26 1月 終了 ました。 ます。 | 補給水 タオル 運動のできる服 持ち物 |
| BG757 回数 全10回 申込結果 受講コード BG758 | 対象 1歳半~2歳児保護者 会場 柔道場 申込期間 走る 対象 年少 | を通して、運動能 定員 20組 曜日 水 お申 定 、跳ぶ、転がる、ふ 定員 12名 | カを高めます。親子の三 参加費 ¥6,600 時間 13:45~14:45 込みいただきましたおき 員となりましたので、受 運動あそび~えがる 添ら下がるなどの動作を返 参加費 ¥8,800 | 10月 1.8.22.29 12月 3.10 申込 客様全員当選となり 付を終了させて頂き がへA3 をびの中で身につけま 10月 1.8.22.29 12月 3.10 | 11月 5.12.19.26 1月 終了 ました。 ます。 11月 5.12.19.26 | 補給水 タオル 運動のできる服 持ち物 補給水 タオル |

定員となりましたので、受付を終了させて頂きます。

| | J+1" | エぶし / 会加でき | るダンス教室。積極性 | 人3 か白コ圭和七が良い | -/けキキオ | | |
|---|---|--|---|--|---|---|--|
| | 1 | | 1 . | . , , | 1 | +± += #/m | |
| 受講コード | 対象 小学1年生~6年生 | 定員 | 参加費 | 10月 8.15.22.29 | 11月 5.12.19.26 | 持ち物 補給水 | |
| BG759 回数 | 会場 | 20名 曜日 | ¥6,600 時間 | 8.15.22.29 12月 | 5.12.19.26 1月 | タオル | |
| 全10 回 | 第2会議室 | 唯口 水 | 17:00~18:00 | 3.10 | 173 | . 運動のできる服装 運動シューズ | |
| 土10回 | 申込期間 | 小 | 17:00~18:00 | | · 申込 | 圧動フェー人 | |
| | | お申込 | みいただきましたお客様 | ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | た。 | | |
| 申込結果 | 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | |
| | // +^ /- | | ピラティスA3 | 7/ /= ± 15 / 1 ± // | | | |
| | | | ササイズ。道具を使って | | · I | T 14.186 | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | |
| BG760 | 15歳以上 | 20名 | ¥6,600 | 8.15.22.29 | 5.12.19.26 | 補給水 | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服 | |
| 全10回 | 第2会議室 | | 19:30~20:30 | 3.10 | 42 - 2 | ,, cconx | |
| | 申込期間 | | | 甲込 | 終了 | | |
| | | | フラダンスA3 | | | | |
| | | | ,,,,,,,, | | | | |
| | | こあわせてステップ | 『を踏み、幅広くフラダン』 | スを楽しむことができる | ます。 | | |
| 受講コード | 音楽(| こあわせてステップ 定員 | を踏み、幅広くフラダン。 参加費 | スを楽しむことができる 10月 | ます。 11月 | 持ち物 | |
| 受講コード BG761 | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | |
| BG761 | 対象 15歳以上 | 定員 20名 | | 10月 9.16.23.30 | 11月 6.13.20.27 | 持ち物 補給水 タオル | |
| BG761 回数 | 対象 15歳以上 会場 | 定員 20名 曜日 | 参加費 ¥6,600 時間 | 10月 9.16.23.30 12月 | 11月 | 補給水 タオル | |
| BG761 | 対象 15歳以上 | 定員 20名 | 参加費 ¥6,600 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 | 11月 6.13.20.27 | 補給水 タオル | |
| BG761 回数 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 | 定員 20名 曜日 木 木 | 参加費 ¥6,600 時間 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 客様全員当選となり たっております。 | 11月 6.13.20.27 1月 申込 ました。 | 補給水 タオル | |
| BG761 回数 全10回 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 | 定員 20名 曜日 木 木 | 参加費 ¥6,600 時間 9:00~10:00 込みいただきましたおき 追加募集を行 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 客様全員当選となり たっております。 | 11月 6.13.20.27 1月 申込 ました。 | 補給水 タオル | |
| BG761 回数 全10回 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 申込期間 | 定員 20名 曜日 木 お申 | 参加費 ¥6,600 時間 9:00~10:00 込みいただきましたお客 追加募集を行 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 客様全員当選となり っております。 | 11月 6.13.20.27 1月 ました。 | 補給水 タオル | |
| BG761 回数 全10回 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 申込期間 | 定員 20名 曜日 木 お申 | 参加費 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 客様全員当選となり っております。 | 11月 6.13.20.27 1月 ました。 | 補給水 タオル | |
| BG761 回数 全10回 申込結果 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 申込期間 | 定員 20名 曜日 木 お申 尚 | 参加費 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 客様全員当選となり おつております。 Iへお問い合わせくだ | 11月 6.13.20.27 1月 申込 ました。 | 補給水 タオル 運動のできる服 | |
| BG761 回数 全10回 申込結果 受講コード BG762 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 申込期間 リズミカン 対象 15歳以上 | 定員 20名 曜日 木 お申 尚 になラデン音楽にな 定員 20名 | 参加費 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 客様全員当選となり おっております。 へお問い合わせくだ かしながら脂肪燃焼し 10月 9.16.23.30 | 11月 6.13.20.27 1月 申込 ました。 さい。 11月 6.13.20.27 | 補給水 タオル 運動のできる服 持ち物 補給水 タオル | |
| BG761 回数 全10回 申込結果 受講コード BG762 回数 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 申込期間 リズミカル 対象 15歳以上 会場 | 定員 20名 曜日 木 お申 はなラテン音楽にな 定員 20名 曜日 | 参加費 ¥6,600 時間 9:00~10:00 込みいただきましたお客追加募集を行る。 企き状況は随時窓口 ズンバA3 合わせて、楽しく体を動が 参加費 ¥6,600 時間 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 客様全員当選となり 行ております。 へお問い合わせくだ かしながら脂肪燃焼し 10月 9.16.23.30 12月 | 11月 6.13.20.27 1月 申込 ました。 さい。 | 補給水 タオル 運動のできる服 精給水 タオル 運動のできる服 | |
| BG761 回数 全10回 申込結果 受講コード BG762 | 対象 15歳以上 会場 第2会議室 申込期間 リズミカン 対象 15歳以上 | 定員 20名 曜日 木 お申 尚 になラデン音楽にな 定員 20名 | 参加費 | 10月 9.16.23.30 12月 4.11 随時 等様全員当選となり 行っております。 へお問い合わせくだ かしながら脂肪燃焼し 10月 9.16.23.30 12月 4.11 | 11月 6.13.20.27 1月 申込 ました。 さい。 11月 6.13.20.27 | 補給水 タオル 運動のできる服 持ち物 補給水 | |

| | はバルフのコ | | プ ホップダンス(一般 そるダンス教室。積極性 | | 付きます。 | | |
|----------------------|---|--------------------------------------|--|--|--------------------------|------------------------|--|
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | |
| BG763 | 15歳以上 | 20名 | ¥6,600 | 9.16.23.30 | 6.13.20.27 | 補給水 | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル | |
| 全10回 | 第2会議室 | 木 | 11:30~12:30 | 4.11 | 1/3 | 運動のできる服装 運動シューズ | |
| 王10回 | 申込期間 | <i>></i> \ | 11.50**12.50 | | 申込 | 注動フェ ハ | |
| | | | | | | | |
| 申込結果 | お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | |
| | | K-I | POPダンス(一般 |) A3 | | | |
| | | 初めて | の方も楽しく心躍るダン | ス教室。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | |
| BG764 | 15歳以上 | 20名 | ¥6,600 | 9.16.23.30 | 6.13.20.27 | 補給水 | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | | タオル | |
| 全10回 | 第2会議室 | 木 | 13:00~14:00 | 4.11 | | 運動のできる服装 運動シューズ | |
| | 申込期間 | | 111111111 | | 申込 | | |
| | | お申 | 込みいただきましたお? 追加募集を行 | | ました。 | | |
| 申込結果 | | 尚 | 、空き状況は随時窓口 | へお問い合わせくだ | さい。 | | |
| | | | エアロ&ヨガA3 | | | | |
| | 簡単なエアロ | ビクスと、ストレッチ | 感覚の優しいヨガで健康 | 表できれいな体作りを | :目指します。 | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | |
| BG765 | 15歳以上 | 35名 | ¥6,600 | 9.16.23.30 | 6.13.20.27 | 補給水 | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | | タオル 運動のできる服装 | |
| 全10回 | 卓剣場 | 木 | 13:15~14:15 | 4.11 | | 運動シューズ | |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | - | |
| | お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | |
| 申込結果 | | | | | | | |
| 申込結果 | | K-I | POPダンス(幼児 |) A3 | | | |
| 申込結果 | | | POPダンス(幼児 の方も楽しく心躍るダン | - | | | |
| 受講コード | 対象 | 初めて 定員 | の方も楽しく心躍るダン 参加費 | 7.教室。 10月 | 11月 | 持ち物 | |
| | 対象 年少~年長 | 初めて | の方も楽しく心躍るダン | ·ス教室。 | 11月 6.13.20.27 | 持ち物 補給水 | |
| 受講コード | • | 初めて 定員 | の方も楽しく心躍るダン 参加費 | · · 入 教室。 10月 | | 補給水 タオル | |
| 受講コード BG766 | 年少~年長 会場 | 初めて 定員 20名 | の方も楽しく心躍るダン 参加費 ¥6,600 | ·/ ₇ 入教室。 10月 9.16.23.30 | | 補給水 タオル | |
| 受講コード BG766 回数 | 年少~年長 | 初めて 定員 20名 曜日 | の方も楽しく心躍るダン 参加費 ¥6,600 時間 | ス教室。 10月 9.16.23.30 12月 4.11 | | 補給水 タオル 運動のできる服装 | |

| | 筒状の道旦を用 | | ViPRエクササイズ/ 全身トレーニング。体幹 | | -を目指します。 | | | |
|------------------|---|-----------|------------------------------------|-------------|---------------------------------------|--------------------|--|--|
| <u></u> 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG767 | 15歳以上 | 10名 | ¥6,600 | 9.16.23.30 | 6.13.20.27 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル | | |
| 全10回 | 第2会議室 | 木 | 19:15~20:00 | 4.11 | | 運動のできる服装 運動シューズ | | |
| <u> </u> | 申込期間 | | 13.13 20.00 | 随時 | 申込 | | | |
| 申込結果 | お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | | |
| | | | 骨盤リセットヨガA | 3 | | | | |
| | 骨盤周りの | D筋肉バランスを動 | 整えることで、健康できれ | いな身体づくりを目 | 旨します。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG768 | 15歳以上 | 30名 | ¥6,600 | 2.9.16.23 | 6.13.20.27 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル | | |
| 全10回 | 柔道場 | 木 | 19:30~20:30 | 4.11 | , | 運動のできる服装 | | |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | | | |
| 申込結果 | | | 、空き状況は随時窓口 | | さい。 | | | |
| | | 親子 | 運動あそび~ほっ⁄ | %~A3 | | | | |
| | 入園前にマ | ット・跳び箱・鉄棒 | を遊び感覚で楽しく身に | こつけ運動能力を向 | 上させます。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG769 | 来年度春入園予定のお子様と保護者 | 20組 | ¥6,600 | 3.17.24.31 | 7.14.21.28 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル | | |
| 全10回 | 柔道場 | 金 | 9:30~10:30 | 5.12 | | 運動のできる服 | | |
| 申込結果 | | | 込みいただきましたお 名 員となりましたので、受 | | | | | |
| | | | ピラティスB3 | | | | | |
| | 体幹 (二 | ア)を鍛えるエク | ササイズ。道具を使って | 強くてきれいな体を作 | ます。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG770 | 15歳以上 | 30名 | ¥6,600 | 10.17.24.31 | 7.14.21.28 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | 相続水 タオル | | |
| 全10回 | 卓剣場 | ······ 金 | 9:45~10:45 | 5.12 | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | 運動のできる服装 | | |
| | 申込期間 | | | | 申込 | 1 | | |
| | 卓剣場 金 9:45~10:45 5.12 運動のできる服装 | | | | | | | |

| | 休を使った遊び | | 重動あそび~えくほ 」を高めます。親子のこ | | カ里があります | | | |
|-----------|---|---------------|-------------------------------------|--------------|--------------------------|------------------------|--|--|
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG771 | 1歳半~2歳児と保護者 | 20組 | ¥6,600 | 3.17.24.31 | 7.14.21.28 | | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 7.11年.21.20 1月 | . 補給水 タオル | | |
| 全10回 | 柔道場 | 全 | 11:00~12:00 | 5.12 | 1/3 | 運動のできる服装 | | |
| 王10回 | 申込期間 | MZ. | 11.00.012.00 | | 終了 | | | |
| | 1,22,012 | | | | | | | |
| | BO | | 参加申込み多数の為 (当選者 306818 B07038 | 番号) | | 125 | | |
| 申込結果 | | 7144 B07165 E | 307168 B07164 | B07176 B0718 | 4 B07200 B07 | | | |
| | | | 307208 B07261 iとなりましたので、受 | | | | | |
| | | | ベビケーションA3 | | | | | |
| | • | タッチケアを通してベ | ビーマッサージやファース | くトサインを行います。 | | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG772 | 生後3ヶ月から1歳半まで0赤りかんと保護者 | 20組 | ¥6,600 | 10.17.24.31 | 7.14.21.28 | バスタオル1枚 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | シルクやお茶など 水分補給の出来るもの | | |
| 全10回 | 第2会議室 | 金 | 13:00~14:00 | 5.12 | | (母乳も可) | | |
| | 申込期間 | | | 申込 | 終了 | • | | |
| 申込結果 | | | 開催中止とさい 込み頂いたお客様には 理解頂きます様、よる | は、申し訳ございませ | | | | |
| | | 親子道 | 運動あそび~ほっ / | °√B3 | | | | |
| | 入園前にマッ | 小・跳び箱・鉄棒を | あそび感覚で楽しく身 | につけ運動能力を向 | 上させます。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG773 | 来年度春入園予定のお子様と保護者 | 20組 | ¥6,600 | 3.17.24.31 | 7.14.21.28 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル | | |
| 全10回 | 柔道場 | 金 | 13:15~14:15 | 5.12 | | 運動のできる服装 | | |
| | 申込期間 | | | 随時 | :申込 | | | |
| 申込結果 | | | 込みいただきましたお名 追加募集を行 空き状況は随時窓口 | うております。 | | | | |
| | | 楽し | て楽しい筋肉体排 | · · · | | | | |
| | | 高齢者や運動初心 | 者に向けた、楽しくで | きる健康体操教室。 | | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG774 | 15歳以上 | 35名 | ¥6,600 | 10.17.24.31 | 7.14.21.28 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | 長いタオル 運動のできる服装 | | |
| 全10回 | 卓剣場 | 金 | 13:30~14:30 | 5.12 | | 運動シューズ | | |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | | | |
| 申込結果 | 連動のできる服装 卓剣場 金 13:30~14:30 5.12 運動シューズ | | | | | | | |

| | | ボ | クシングフィットネス | A3 | | | | |
|-------|--|--|--------------------------------------|-----------|--------------|-----------------|--|--|
| | ボクシングのプログラ | | 部位を効果的に引き締 | | 散にも効果的です。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG775 | 15歳以上 | 20名 | ¥6,600 | 17.24.31 | 7.14.21.28 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服装 | | |
| 全10回 | 第2会議室 | 金 | 19:30~20:30 | 5.12.19 | | 運動シューズ | | |
| | 申込期間 | | | 随即 | 寺 申込 | | | |
| 申込結果 | 。お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | | |
| | | | ベーシックヨガA3 | | | | | |
| | ヨガのポ- | -ズで健康な体作 | りを目指します。少しづて | D難易度を上げて彳 | テいます。 | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG776 | 15歳以上 | 20名 | ¥6,600 | 11.18.25 | 1.8.15.22.29 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル | | |
| 全10回 | 第2会議室 | 土 | 10:00~11:00 | 6.13 | | 運動のできる服 | | |
| | 申込期間 | | | 随即 | 静申込 | | | |
| 申込結果 | | | 込みいただきましたお客 追加募集を行 、空き状況は随時窓口の | っております。 | | | | |
| | | j | 美Bodyピラティス <i>A</i> | 13 | | | | |
| | T | | 姿勢と引き締まったしなや | かな身体を目指し | ノます。 - | 1 | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 | | |
| BG777 | 15歳以上 | 20名 | ¥6,600 | 11.18.25 | 1.8.15.22.29 | 補給水 | | |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服 | | |
| 全10回 | 第2会議室 | 土 | 19:50~20:50 | 6.13 | ++-> | ~ | | |
| | 甲込期間 | | | 随即 | 守甲込 | | | |
| | | 申込期間 随時申込 お申込みいただきましたお客様全員当選となりました。 追加募集を行っております。 尚、空き状況は随時窓口へお問い合わせください。 | | | | | | |

| | | | 幼児体育教室A | | | |
|-------|------------------|-----------|--|------------------|------------|---------------------------|
| | 運動遊び | と器械体操を中心 | に行い、身体能力向 | 上と技術向上を目指 | します。 | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| | 年中・年長 | 20名 | ¥4,400/月 | 1.8.15.22.29 | 5.12.19.26 | 補給水 |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服装 運動シューズ |
| 年47回 | 卓剣場 | 水 | 15:45~16:45 | 3.10.14.17.24 | | |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | |
| 申込結果 | | | 込みいただきましたお? 追加募集を行 空き状況は随時窓口 | テっております 。 | | |
| | | | トライ体育教室 | 1 | | |
| | 体幹トレーニ | ングと器械体操を「 | 中心に行い、身体能力 |)向上と技術向上を | 目指します。 | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| | 小学1年生~4年生 | 20名 | ¥4,400/月 | 1.8.15.22.29 | 5.12.19.26 | 補給水 |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服装 |
| 年47回 | 柔道場 | 水 | 17:30~18:30 | 3.10.14.17.24 | | 運動シューズ |
| | 申込期間 | | | | 終了 | • |
| 申込結果 | | 定員 | 込みいただきましたお覧 | 付を終了させて頂き | | |
| | ダンスを <i>こ</i> れか | | こっつ ホッン フラス さんにオススメです。積れ | | | |
| 受講コード | 対象 | 定員 | 参加費 | 10月 | 11月 | 持ち物 |
| | 小学3年生~高校3年生 | 20名 | ¥4,400/月 | 8.15.22.29 | 5.12.19.26 | 補給水 |
| 回数 | 会場 | 曜日 | 時間 | 12月 | 1月 | タオル 運動のできる服装 |
| 年40回 | 第2会議室 | 水 | 18:15~19:15 | 3.10 | | 連動のできる服装 運動シューズ |
| | 申込期間 | | | 随時 | 申込 | |
| 申込結果 | | | 込みいただきましたお 追加募集を行 空き状況は随時窓口 | テっております 。 | | |