

令和3年度 9月～12月フィットネス講座日程表

(R03.07.25)

教室名	曜日	時間	開催日															回数	対象	受講料	講師	定員
			9/7	9/14	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7	12/14	12/21						
ズンバ教室	火曜日	19:00～20:00																全 14 回	18歳以上	9,800 円	新家	15 人
健康促進運動教室	木曜日	10:00～11:30	9/2	9/9	9/16	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	全 15 回	50歳以上	6,750 円	成海	25 人
らくらく体操教室	木曜日	13:30～14:30	9/2	9/9	9/16	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	全 15 回	50歳以上	6,750 円	成海	25 人
ピラティス教室	金曜日	13:30～14:30	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	全 15 回	18歳以上	10,500 円	三原	15 人
ヨガ教室	金曜日	19:00～20:00	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	全 15 回	18歳以上	10,500 円	清水	15 人