

令和7年度 4月～7月フィットネス講座日程表

(R07.3.1)

教室名	曜日	時間	開催日														回数	対象	受講料	講師	定員	
			4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8								
ズンバGOLD教室	火曜日	15:00～16:00	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8				全 12 回	18歳以上	9,600 円	新家	15 人
ズンバ教室	火曜日	19:00～20:00	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8				全 12 回	18歳以上	9,600 円	新家	15 人
健康促進運動教室	木曜日	10:00～11:30	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/17		全 14 回	50歳以上	8,400 円	成海	20 人
らくらく体操教室	木曜日	13:30～14:30	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/17		全 14 回	50歳以上	8,400 円	成海	20 人
ヨガ教室	金曜日	19:00～20:00	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/27	7/4	7/11	7/18	7/25		全 14 回	18歳以上	11,200 円	Tomomi	15 人