

# 令和5年 9～12月定期制フロア教室 回数割表

申込は10/2(月)09:00～先着順

		残り回数 開催日	通常 回数	⑪ 10/2		⑩ 10/16	⑨ 10/23	⑧ 10/30	⑦ 11/6	⑥ 11/13	⑤ 11/20	④ 11/27	③ 12/4	② 12/11	① 12/18
月	イス体操	10:00～10:50	全14回	5,500円	祝日	5,000円	4,500円	4,000円	3,500円	3,000円	2,500円	2,000円	1,500円	1,000円	500円
	ボールエクササイズ	11:00～11:50	全14回	7,700円		7,000円	6,300円	5,600円	4,900円	4,200円	3,500円	2,800円	2,100円	1,400円	700円
		残り回数 開催日	通常 回数	⑪ 10/3	⑩ 10/10	⑨ 10/17	⑧ 10/24	⑦ 10/31	⑥ 11/7	⑤ 11/14	④ 11/21	③ 11/28	行政使用	② 12/12	① 12/19
火	子連れヨガ	11:00～11:50	全15回	7,700円	7,000円	6,300円	5,600円	4,900円	4,200円	3,500円	2,800円	2,100円		1,400円	700円
		残り回数 開催日	通常 回数	⑨ 10/4	⑧ 10/11	休館日	⑦ 10/25	⑥ 11/1	⑤ 11/8	休館日	④ 11/22	③ 11/29	② 12/6	① 12/13	休館日
水	かんたんトレーニング	19:05～19:55	全12回	6,300円	5,600円		4,900円	4,200円	3,500円		2,800円	2,100円	1,400円	700円	
	コアトレーニング	20:05～20:55	全12回	6,300円	5,600円	4,900円	4,200円	3,500円	2,800円	2,100円	1,400円	700円			
		残り回数 開催日	通常 回数	⑪ 10/5	⑩ 10/12	⑨ 10/19	⑧ 10/26	⑦ 11/2	⑥ 11/9	⑤ 11/16	祝日	④ 11/30	③ 12/7	② 12/14	① 12/21
木	リラックスヨガ	20:05～20:50	全15回	7,700円	7,000円	6,300円	5,600円	4,900円	4,200円	3,500円		2,800円	2,100円	1,400円	700円
		残り回数 開催日	通常 回数	⑪ 10/6	⑩ 10/13	⑨ 10/20	⑧ 10/27	祝日	⑦ 11/10	⑥ 11/17	⑤ 11/24	④ 12/1	③ 12/8	② 12/15	① 12/22
金	骨盤エクササイズ	09:30～10:20	全15回	8,800円	8,000円	7,200円	6,400円		5,600円	4,800円	4,000円	3,200円	2,400円	1,600円	800円
	ZUMBA	10:00～10:50	全15回	8,800円	8,000円	7,200円	6,400円		5,600円	4,800円	4,000円	3,200円	2,400円	1,600円	800円
	ママ&ベビーヨガ	10:30～11:20	全15回	8,800円	8,000円	7,200円	6,400円	5,600円	4,800円	4,000円	3,200円	2,400円	1,600円	800円	
		残り回数 開催日	通常 回数	⑫ 10/7	⑪ 10/14	⑩ 10/21	⑨ 10/28	⑧ 11/4	⑦ 11/11	⑥ 11/18	⑤ 11/25	④ 12/2	③ 12/9	② 12/16	① 12/23
土	親子体操①	09:00～09:45	全15回	9,000円	8,250円	7,500円	6,750円	6,000円	5,250円	4,500円	3,750円	3,000円	2,250円	1,500円	750円
	親子体操②	10:00～10:45	全15回	9,000円	8,250円	7,500円	6,750円	6,000円	5,250円	4,500円	3,750円	3,000円	2,250円	1,500円	750円

火)ヨガは満員のため申込できません