

令和8年度 4月～6月ふらっと教室 日程表

★…定期制内ふらっと

曜日	教室名	時間	室場	料金 (税込)	定員	日程															
月	フレイル予防体操①★	10:00～10:50	集会室	560円	5名	開催日		4/6	4/13	4/20	4/27	祝日	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29	
	フレイル予防体操②★	11:00～11:50	集会室	560円	5名																
火	ヨガ★	10:00～10:50	和室	790円	5名	開催日		4/7	4/14	4/21	4/28	祝日	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	
	子連れヨガ★	11:00～11:50	和室	790円	4名																
木	ヨガ★	19:05～19:55	和室	790円	5名	開催日	4/2	4/9	4/16	4/23	GW	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25		
	リラックスヨガ★	20:05～20:55	和室	790円	5名																
	貯筋体操	10:20～11:20	和室	560円	15名				4/16					5/21					6/18		
	ふわふわトランポリン(幼児)	15:45～16:30	体育室	1,270円	6名		4/2		4/16				5/7		5/21		6/4		6/18		
	ふわふわトランポリン(小学生)	16:45～17:30	体育室	1,270円	8名		4/2		4/16				5/7		5/21		6/4		6/18		
	苦手克服(幼児)	15:30～16:30	体育室	1,000円	6名				4/9			4/23		5/14		5/28		6/11		6/25	
	苦手克服(小学生)	16:45～17:45	体育室	1,000円	8名				4/9			4/23		5/14		5/28		6/11		6/25	
金	あおぞら太極拳	09:00～09:50	運動場	500円	30名	開催日	4/3	4/10	4/17	4/24	GW	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26		
	あおぞらヨガ	10:00～10:50	運動場	500円	30名																
	ZUMBA★	10:00～10:50	体育室	790円	10名																
	ママ&ベビーヨガ	10:00～10:50	和室	500円	10組																
	かんたんピラティス★	11:00～11:50	和室	790円	5名																
土	クラフト教室	10:30～12:00	集会室	1,000円	15名	開催日		4/11													
	ボディメイクヨガ	18:40～19:30	和室	790円	15名					4/25		5/9		5/23		6/13		6/27			
	ストレッチ&ヨガ	19:40～20:30	和室	790円	15名			4/11													

開催日の1週間前より申込開始