

2025年7～8月 フロア短期教室 空き枠一覧

6/24(火)9：30～入金受付開始

2025/6/21 18:00 現在

※満員の教室はキャンセル待ちの受付を行います。(キャンセルが出た場合のみご案内となります)

フロア	空き枠 ★は11以上	教室名 ☆印は小体育館	曜日	時間	対象	料金	回数
	★	かんたんエアロ9	月	09:00～09:50	16歳以上	5,940円	6回
	2	【初級】健康法【高】		10:00～10:50	60歳以上	2,700円	6回
	8	オリジナルヨガ		11:00～11:50	16歳以上	5,940円	6回
	5	エアロ&コンディショニング		12:00～12:50	16歳以上	5,940円	6回
	★	ピラティス		13:00～13:50	16歳以上	5,940円	6回
	4	バレトン(女性限定)		19:00～19:50	16歳以上	5,940円	6回
	5	ストレッチ&ピラティス		20:00～21:00	16歳以上	5,940円	6回
	★	ヨガ	火	09:00～9:50	16歳以上	7,920円	8回
	9	オリジナルヨガ10		10:00～10:50	16歳以上	7,920円	8回
	★	オリジナルダンス		11:00～11:50	16歳以上	7,920円	8回
	6	肩こり・腰痛スッキリ体操【高】		12:00～12:50	60歳以上	3,600円	8回
	★	ダンベルシェイプハード		13:00～13:50	16歳以上	7,920円	8回
	6	成人バレエ【初級女性】		18:45～19:55	中学生以上	9,680円	8回
	★	オリジナルヨガ20		20:10～21:00	16歳以上	7,920円	8回
	★	かんたんステップ★	水	09:00～09:50	16歳以上	7,920円	8回
	★	かんたんエアロ★◎		10:00～10:50	16歳以上	7,920円	8回
	★	ママ&ベビー ヨガ		10:00～10:50	産後の母と子	7,920円	8回
	★	ヨガ		11:00～12:00	16歳以上	7,920円	8回
	4	ピラティス12		12:10～13:00	16歳以上	7,920円	8回
	★	アロマストレッチ		13:10～14:00	16歳以上	7,920円	8回
	★	ボディリフレッシュ		14:10～15:00	16歳以上	7,920円	8回
	9	ピラティス19		19:00～19:50	16歳以上	7,920円	8回
	★	ファットバーンシェイプ		20:00～21:00	16歳以上	7,920円	8回
	★	【中級】健康法★	木	09:00～09:50	16歳以上	5,940円	6回
	★	ピラティス★◎		10:00～10:50	16歳以上	5,940円	6回
	★	ジャズダンス		11:10～12:00	16歳以上	5,940円	6回
	★	ボディシェイプ		12:10～13:00	16歳以上	5,940円	6回
	★	初級エアロ&トレーニング◎		13:10～14:00	16歳以上	5,940円	6回
	★	肩こり・腰痛スッキリ体操【高】		14:10～15:00	60歳以上	2,700円	6回
	★	太極拳(初級)		15:15～16:15	16歳以上	5,940円	6回
	★	太極拳(中級)		16:30～17:30	16歳以上(経験者)	5,940円	6回
	★	ヨガ		19:00～20:00	16歳以上	5,940円	6回
	★	ダンベルシェイプ		20:10～21:00	16歳以上	5,940円	6回
	★	オリジナルヨガ9	金	09:00～09:50	16歳以上	7,920円	8回
	★	骨盤エクササイズ		10:00～10:50	16歳以上	7,920円	8回
	2	シニア体操【高】		12:00～12:50	60歳以上	3,150円	7回
	★	フラダンス		13:00～13:50	16歳以上	6,930円	7回
	★	オリジナルヨガ14		14:00～15:00	16歳以上	6,930円	7回
	★	オリジナルヨガ19		19:00～20:00	16歳以上	7,920円	8回
	★	ラテンダンス		20:10～21:00	16歳以上	7,920円	8回
	2	ダンベルシェイプハード	土	11:10～12:00	16歳以上	6,930円	7回
	★	バランスシェイプ		12:10～13:00	16歳以上	6,930円	7回
	★	オリジナルヨガ		13:10～14:00	16歳以上	6,930円	7回
	4	格闘技シェイプ		14:10～15:00	16歳以上	6,930円	7回
	★	リラックス・ヨガ		15:15～16:15	16歳以上	6,930円	7回
	6	はじめてHIPHOP		17:00～17:50	16歳以上	7,920円	8回
	★	HIPHOP		18:00～19:00	16歳以上	7,920円	8回
	★	ヨガ	日	09:00～10:00	16歳以上	6,930円	7回
	★	ボディシェイプ		10:10～11:00	16歳以上	6,930円	7回
	★	ボクシングシェイプ		11:10～12:00	16歳以上	4,950円	5回
	★	アロマストレッチ◎		12:10～13:00	16歳以上	4,950円	5回
	★	健康いきいき体操◎ 長		13:10～14:00	16歳以上	4,950円	5回
	★	ファットバーンシェイプ		14:10～15:10	16歳以上	5,940円	6回
	★	初めてのピラティス		15:30～16:30	16歳以上	5,940円	6回
	★	燃烧系 ボクシングエクササイズ◎		16:40～17:30	16歳以上	5,940円	6回