

2025年1～3月期定期教室 空状況

○フロア教室

曜日	対象	教室名	時間	定員	空状況
火	大人	身体調整ストレッチ	10:00～10:55	30	4
火	大人	キックボクシングエクササイズ	11:10～12:05	30	○
火	大人	ダンススポーツ(社交ダンス)	13:00～13:55	20	○
火	子ども	キッズ体操	15:45～16:45	20	○
火	子ども	ジュニア体操	16:45～17:45	20	○
火	子ども	ジュニアトランポリン	17:45～18:45	14	3
火	大人	大人の為のバレエ	19:00～19:55	12	4
水	大人	ウェーブストレッチ	10:00～10:45	30	○
水	子ども	よちよち親子体操	11:00～11:50	10	○
水	大人	バランスコンディショニング®ストレッチ	12:50～14:30	20	○
水	大人	太極拳	13:00～13:55	20	3
水	大人	バランスコンディショニング®チェア	14:10～15:05	20	1
水	子ども	キッズストリートダンス	15:50～16:45	12	○
水	子ども	ジュニアストリートダンス	16:50～17:45	20	○
水	大人	シェイプキックエクササイズ	19:00～19:55	20	○
水	大人	ペルビックストレッチ	20:10～21:05	20	○
木	子ども	キッズバレエ	15:45～16:40	12	3
木	子ども	ジュニアバレエ(低学年)	16:45～17:40	12	○
木	子ども	ジュニアバレエ(高学年)	17:45～18:40	12	○
木	子ども	キッズ体操	15:45～16:45	20	○
木	子ども	ジュニア体操	16:45～17:45	20	○
木	大人	有酸素&コアトレーニング	20:00～20:55	20	○
木	大人	シェイプアップヨガ	19:00～19:55	20	4
木	大人	ラージボール卓球(中級)	9:00～11:30	12	4
金	大人	大人の為のバレエ	10:00～10:55	12	○
金	大人	整体ストレッチ	11:05～12:00	20	○
金	大人	バレトン ソール・シンセシス	11:05～12:00	20	○
金	大人	リラックスヨガ	12:00～12:55	20	○
金	大人	バランスコンディショニング®チェア	12:30～13:25	20	○
金	大人	中級者卓球	14:15～15:30	16	2
金	子ども	キッズサッカー	15:40～16:40	20	○
金	子ども	ジュニアサッカー低学年	16:50～18:20	25	○
金	子ども	ジュニアサッカー高学年	18:20～19:50	25	○
金	子ども	バドミントン高学年	17:00～17:50	24	○
金	大人	バレトン ソール・シンセシス	19:00～19:50	20	○
金	大人	ズンバ	20:00～20:55	20	4
土	大人	弓道教室	10:00～12:00	15	4
土	子ども	走り方教室①	9:30～10:20	20	○
土	子ども	走り方教室②	10:30～11:20	20	○

2025年1～3月期定期教室 空状況

○プール教室

曜日	対象	教室名	時間	定員	空状況
火	大人	水中ウォーキング	10:00～10:50	30	○
火	大人	成人水泳(中級)	19:00～19:50	15	○
水	大人	成人水泳(初級)	10:00～10:50	10	2
水	大人	成人水泳(中級)	10:00～10:50	15	1
水	大人	アクアビクス	11:00～11:50	30	○
水	大人	成人水泳(中級)	13:00～13:50	15	○
水	子ども	ジュニア水泳(上級)	18:00～18:50	20	○
水	大人	成人水泳(中級)	20:00～20:50	15	4
木	大人	成人水泳(中級)	10:00～10:50	15	○
木	大人	成人水泳(上級)	10:00～10:50	15	○
木	大人	水中ウォーキング	11:00～11:50	30	○
木	大人	成人水泳(中級)	13:00～13:50	15	○
木	大人	成人水泳(上級)	13:00～13:50	15	○
木	大人	成人水泳(中級)	19:00～19:50	15	○
金	大人	アクアビクス	11:00～11:50	30	○
金	大人	アクアコンディショニング	12:00～12:50	20	○
金	大人	成人水泳(中級)	13:00～13:50	15	2
金	子ども	ジュニア水泳(上級)	18:00～18:50	20	○
金	大人	成人水泳(上級)	20:00～20:50	20	○
日	大人	成人水泳(中級)	10:00～10:50	15	○
日	大人	サンデー健康水中運動	13:00～13:50	20	○
日	0	成人水泳(初級)	17:00～17:50	10	4

2025年1～3月期定期教室 空状況

○カルチャー教室

曜日	対象	教室名	時間	定員	空状況
火	大人	らくらくピアノ	10:30～12:00	10	2
火	大人	健康カラオケ教室	13:00～15:00	15	○
水	大人	KINDRA未就学児	16:00～16:50	20	○
木	大人	KINDRA小学校低学年	17:00～17:50	20	○
金	大人子ども	津軽三味線教室	19:00～21:00	20	○