

第1期（4月～7月） 定期教室（フロア大人用） 【木曜・金曜】 受講料・日程表

| 曜日 | 場所 | 教室名 | 時間 | 受講料一括 | 開催日程 | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|--------------|-----------------------|----------------------|----------|------|------|------|------|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| | | | | | 4/3 | 4/10 | 4/17 | 4/24 | 5/1 | 5/15 | 5/22 | 6/5 | 6/19 | 6/26 | 7/10 | 7/17 | | | |
| 木 | 体育室 | ラージボール卓球（中級） | 9:00~11:30 | 13,200円 | 4/3 | 4/10 | 4/17 | 4/24 | 5/1 | 5/15 | 5/22 | 6/5 | 6/19 | 6/26 | 7/10 | 7/17 | | | |
| | | | | | 全12回 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 柔道場 | やさしいヨガと呼吸法 | 9:00~9:50 | 各12,320円 | 4/3 | 4/10 | 4/17 | 4/24 | 5/1 | 5/8 | 5/15 | 5/22 | 6/5 | 6/12 | 6/19 | 7/3 | 7/10 | 7/17 | |
| | | ヨガ | 10:00~10:55 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | パルビック・ストレッチ | 11:05~12:00 | | 全14回 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 研修室 | ハワイアンフラダンス | 13:00~13:55 | 11,880円 | 4/3 | 4/10 | 4/17 | 4/24 | 5/1 | 5/8 | 5/22 | 6/5 | 6/19 | 7/3 | 7/10 | 7/17 | | | |
| シェイプアップヨガ | | 19:00~19:55 | 11,440円 | 4/3 | 4/10 | 4/17 | 4/24 | 5/1 | 5/8 | 5/22 | 6/5 | 6/12 | 6/19 | 7/3 | 7/10 | 7/17 | | | |
| 剣道場 | 有酸素&コアトレーニング | 20:00~20:55 | 13,200円 | 4/3 | 4/10 | 4/17 | 4/24 | 5/1 | 5/8 | 5/15 | 5/22 | 6/5 | 6/12 | 6/19 | 6/26 | 7/3 | 7/10 | 7/17 | |
| | | | | 全15回 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 金 | 剣道場 | 有酸素&かんたん筋トレ | 10:00~10:55 | 13,200円 | 4/4 | 4/11 | 4/18 | 4/25 | 5/2 | 5/9 | 5/16 | 5/23 | 6/6 | 6/13 | 6/20 | 6/27 | 7/4 | 7/11 | 7/18 |
| | 研修室 | 大人の為のバレエ | 10:00~10:55 | 各10,560円 | 4/4 | 4/11 | 4/18 | 4/25 | 5/2 | 5/9 | 5/23 | 6/6 | 6/13 | 6/20 | 7/11 | 7/18 | | | |
| | 剣道場 | バレトン ソール・シンセシス | 11:05~11:55 | | 全12回 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 研修室 | 整体ストレッチ | 11:05~12:00 | 10,560円 | 4/11 | 4/18 | 4/25 | 5/2 | 5/9 | 5/16 | 5/23 | 6/6 | 6/13 | 6/20 | 6/27 | 7/11 | | | |
| | 柔道場 | リラックスヨガ | 12:15~13:10 ※時間変更 | 12,320円 | 4/4 | 4/11 | 4/18 | 4/25 | 5/2 | 5/9 | 5/16 | 5/23 | 6/6 | 6/13 | 6/20 | 6/27 | 7/11 | 7/18 | |
| | 体育室 | 初級者卓球 | 12:15~14:00 | 各9,900円 | 4/4 | 4/11 | 4/25 | 5/2 | 5/9 | 5/16 | 6/6 | 7/11 | 7/18 | | | | | | |
| | | 中級者卓球 | 14:00~15:45 | | 全9回 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 研修室 | バランスコンディショニング® チェア | 12:30~13:25 | 12,320円 | 4/4 | 4/11 | 4/18 | 4/25 | 5/2 | 5/9 | 5/16 | 5/23 | 6/6 | 6/13 | 6/20 | 6/27 | 7/11 | 7/18 | |
| | 剣道場 | バレトン ソール・シンセシス | 19:00~19:50 | 各13,200円 | 4/4 | 4/11 | 4/18 | 4/25 | 5/2 | 5/9 | 5/16 | 5/23 | 6/6 | 6/13 | 6/20 | 6/27 | 7/4 | 7/11 | 7/18 |
| | | ZUMBA® | 20:00~20:55 | | 全15回 | | | | | | | | | | | | | | |