

## 第2期（9月～12月） 定期教室（フロア大人用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程															
柔道場	水	ピラティス	10:00~10:55	10,780円 ↓ 8,470円	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/15	12/22	全14回 → 全11回	
	木	やさしいヨガと呼吸法	9:00~9:40	各11,550円 ↓ 各10,010円	9/9	9/16	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	全15回 → 全13回
		ヨガ	10:00~10:55																	
		パルビック・ストレッチ	11:05~12:00																	
産後骨盤エクササイズ	12:10~13:00																			
金	リラックスヨガ	12:00~12:55	10,780円 ↓ 10,010円	9/10	9/24	10/1	10/8	10/15 ※追加	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	12/24	全14回 → 全13回	
剣道場	木	有酸素&コアトレーニング	20:00~20:55	11,550円 ↓ 9,240円	9/9	9/16	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	全15回 → 全12回
	金	有酸素&かんたん筋トレ	10:00~10:55	各11,550円 ↓ 各10,010円	9/10	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	12/24	全15回 → 全13回
		ダンスエアロ	19:10~19:50																	
Zumba®	20:00~20:55																			

※ご入金がお済の方は、ご返金(10月12日～)がございますので総合受付にお立ち寄りください。