

第2期（9月～12月） 定期教室（プール子ども用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程																
プール	火	キッズ水泳	15:00~15:50	各13,200円																	
		キッズ・ジュニア水泳	16:00~16:50		9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/13	12/20		
		ジュニア水泳①	17:00~17:50																		
		ジュニア水泳②	18:00~18:50		全15回																
	水	キッズ水泳	15:00~15:50	各12,320円																	
		キッズ・ジュニア水泳	16:00~16:50		9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21			
		ジュニア水泳①	17:00~17:50																		
		ジュニア水泳（上級）	18:00~18:50		全14回																
	木	キッズ水泳	15:00~15:50	各13,200円																	
		キッズ・ジュニア水泳	16:00~16:50		9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22		
		ジュニア水泳①	17:00~17:50		全15回																
	金	キッズ水泳	15:00~15:50	各12,320円																	
		キッズ・ジュニア水泳	16:00~16:50		9/9	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			
		ジュニア水泳①	17:00~17:50																		
		ジュニア水泳（上級）	18:00~18:50		全14回																
	土	キッズ水泳	14:00~14:50	各12,320円																	
		キッズ・ジュニア水泳	15:00~15:50		9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17			
		ジュニア水泳①	16:00~16:50		全14回																
	日	キッズ水泳	11:00~11:50	各12,320円	9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18			
		ジュニア水泳①	12:00~12:50		全14回																

第2期（9月～12月） 定期教室（プール大人用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程																		
プール	火	水中ウォーキング	10:00~10:50	各11,550円																			
		成人水泳（初・中級）	11:00~11:50		9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/13	12/20				
		成人水泳（初・中級）	13:00~13:50																				
		成人水泳（中級）	19:00~19:50		全15回																		
	水	成人水泳（初・中級）	10:00~10:50	各10,780円																		/	
		アクアビクス①	11:00~11:50		9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21					
		成人水泳（初・中級）	13:00~13:50																				
		種目別水泳教室（平泳ぎ）	20:00~20:50		全14回																		
	木	成人水泳（中・上級）	10:00~10:50	各11,550円																			
		水中ウォーキング	11:00~11:50																				
		種目別水泳教室（クロール）	12:00~12:50	13,200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	12/8	12/15	12/22				
		成人水泳（中・上級）	13:00~13:50	11,550円																			
		種目別水泳教室（背泳ぎ）	14:00~14:50	13,200円																			
		成人水泳（中級）	19:00~19:50	11,550円	全15回																		
	金	成人水泳（初・中級）	10:00~10:50	各10,780円																			/
		アクアビクス②	11:00~11:50																				
		成人水泳（初・中級）	13:00~13:50		9/9	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					
		成人水泳（初級）	19:00~19:50																				
		成人水泳（上級）	20:00~20:50		全14回																		
	土	種目別水泳教室（バタフライ）	10:00~10:50	12,320円	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17				/	
		健康水中運動	11:00~11:50	10,780円	全14回																		
	日	成人水泳（初・中級）	10:00~10:50	各10,780円	9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18				/	
		サンデー 健康水中運動	13:00~13:50		全14回																		

第2期（9月～12月） 定期教室（フロア子ども用） 受講料・日程表

場所	曜日	教室名	時間	受講料一括	開催日程															
体育室	火	キッズ・ジュニアトランポリン	16:30~17:30	各13,200円	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/13	12/20	
		ジュニアトランポリン	17:45~18:45		全15回															
	木	キッズ体操	15:45~16:45	各11,440円	9/1	9/8	9/15	9/29	10/6	10/20	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	/	/	
		ジュニア体操	16:45~17:45		全13回															
	金	ジュニアサッカー（低学年）	17:00~18:30	各15,840円	9/9	9/16	9/30	10/7	10/21	10/28	11/4	11/11	11/25	12/2	12/16	12/23	/	/	/	
		ジュニアサッカー（高学年）	18:30~20:00		全12回															
研修室	水	キッズストリートダンス	16:00~16:55	各12,320円	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21	/	
		ジュニアストリートダンス	17:00~17:55		全14回															
	木	キッズバレエ	15:45~16:40	各13,200円	9/1	9/8	9/15	9/22	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22	
		ジュニアバレエ（低学年）	16:45~17:40																	
		ジュニアバレエ（高学年）	17:45~18:40		全15回															
	土 屋外広場	走り方教室①（年長～小学2年生）	9:30~10:20	各8,800円	9/10	9/17	10/1	10/22	11/5	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	/	/	/	/	/	
走り方教室②（小学3年生～小学6年生）		10:30~11:20	全10回																	
柔道場	水	親子ピクス	11:00~11:50	10,560円	9/7	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/30	12/14	12/21	/	/	/	
					全12回															

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																
研修室	火	身体調整ストレッチ	10:00~10:55	各11,550円																	
		キックボクシングエクササイズ	11:10~12:05		9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/13	12/20		
		ダンススポーツ（社交ダンス）	13:00~13:55	13,200円																	
		大人の為のバレエ	19:00~19:55	各11,550円																	
		マットサイエンス with ヨガ&ピラティス	20:10~21:05		全15回																
	水	ウェーブストレッチ	10:00~10:45	8,470円	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	11/2	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21						
		太極拳	13:00~13:55	各10,780円	全11回																
		バランスコンディショニング	14:10~15:05		9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21			
		シェイプキックエクササイズ	19:00~19:55		全14回																
		ペルビック・ストレッチ	20:10~21:05		全14回																
	木	ハワイアンフラダンス	13:00~13:55	11,440円	9/8	9/15	9/22	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15				
		シェイプアップヨガ	19:00~19:55	各11,550円	9/1	9/8	9/15	9/22	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22		
		癒しヨガ	20:10~21:05		全15回																
金	大人の為のバレエ	10:00~10:55	10,780円	9/2	9/9	9/30	10/7	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23				
	整体ストレッチ	11:05~12:00	10,780円	9/2	9/9	9/30	10/7	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23				
体育室	＊	ラージボール卓球（中級）	9:00~11:30	12,510円	9/1	9/8	9/15	9/29	10/6	10/20	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22				
	金	初級者 卓球	12:15~14:00	10,580円	9/9	9/16	9/30	10/7	10/21	10/28	11/4	11/11	11/25	12/16	12/23						
		中級者 卓球	14:00~15:45		全11回																

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	9/7	9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/14	12/21				
		全14回																				
	木	やさしいヨガと呼吸法	9:00~9:50	10,780円																		
		ヨガ	10:00~10:55		9/1	9/8	9/15	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22				
		ペルビック・ストレッチ	11:05~12:00																			
		産後骨盤エクササイズ	12:10~13:00		全14回																	
金	リラックスヨガ	12:00~12:55	10,780円	9/2	9/9	9/30	10/7	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23					
					全14回																	
剣道場	木	有酸素&コアトレーニング	20:00~20:55	12,320円	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22		
		全16回																				
	金	有酸素&かんたん筋トレ	10:00~10:55	11,550円	9/2	9/9	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			
		バレトン ソール・シンセシス	11:05~11:55		全15回																	
			バレトン ソール・シンセシス	19:00~19:50	12,320円	9/2	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	
			ZUMBA®	20:00~20:55		全16回																