

第1期（4月～7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12,320円	4/4	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/13	6/20	6/27	7/4	7/11	7/18
		キックボクシングエクササイズ	11:10～12:05															
		ダンススポーツ（社交ダンス）	13:00～13:55	13,860円														
		大人の為のバレエ	19:00～19:55	各12,320円														
		マットサイエンスwithヨガ&ピラティス	20:10～21:05															
	水	ウェーブストレッチ ※時間変更	9:50～10:40	各12,320円	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19
		太極拳	13:00～13:55															
		バランスコンディショニング	14:10～15:05															
		シェイプキックエクササイズ	19:00～19:55															
		ペルビック・ストレッチ	20:10～21:05															
	木	ハワイアンフラダンス	13:00～13:55	12,870円	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	6/29	7/6	7/13	7/20	
		全13回																
	木	シェイプアップヨガ	19:00～19:55	10,560円	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/25	6/1	6/15	6/29	7/6	7/13	7/20		
		全12回																
	金	大人の為のバレエ	10:00～10:55	10,560円	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/30	7/14	7/21		
全12回																		
金	整体ストレッチ	11:05～12:00	9,680円	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/16	6/30	7/14	7/21				
	全11回																	
体育室	木	ラージボール卓球（中級）	9:00～11:30	13,200円	4/6	4/13	4/20	5/11	5/18	5/25	6/1	6/15	7/6	7/13	7/20	7/27		
					全12回													