

第1期（4月～7月） 定期教室（フロア大人用） 【武道場】 受講料・日程表

| 場所 | 曜日 | 教室名 | 時間 | 受講料一括 | 開催日程 | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|-------------|----------------|-------------|----------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| | | | | | 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 |
| 柔道場 | 水 | ピラティス | 10:00~10:55 | 12,320円 | 全14回 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 木 | やさしいヨガと呼吸法 | 9:00~9:50 | 各10,560円 | 4/6 | 4/13 | 4/20 | 4/27 | 5/11 | 5/18 | 5/25 | 6/1 | 6/29 | 7/6 | 7/13 | 7/20 | | |
| | | ヨガ | 10:00~10:55 | | | | | | | | | | | | | | | |
| ペルビック・ストレッチ | | 11:05~12:00 | 全12回 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 金 | リラックスヨガ | 12:00~12:55 | 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 剣道場 | 木 | 有酸素&コアトレーニング | 20:00~20:55 | 11,440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 | | | | | | | | | | | | | |
| | 金 | 有酸素&かんたん筋トレ | 10:00~10:55 | 各11,440円 | 4/7 | 4/14 | 4/21 | 4/28 | 5/12 | 5/19 | 5/26 | 6/2 | 6/16 | 6/30 | 7/7 | 7/14 | 7/21 | |
| | | バレトン ソール・シンセシス | 11:05~11:55 | | 全13回 | | | | | | | | | | | | | |
| バレトン ソール・シンセシス | | 19:00~19:50 | 各12,320円 | 4/7 | 4/14 | 4/21 | 4/28 | 5/12 | 5/19 | 5/26 | 6/2 | 6/16 | 6/23 | 6/30 | 7/7 | 7/14 | 7/21 | |
| ZUMBA® | 20:00~20:55 | 全14回 | | | | | | | | | | | | | | | | |