

第3期（1月～3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9,680円	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/5	3/12	3/19		
		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	10,890円													
		大人の為のバレエ	19:00~19:55	各9,680円													
		マットサイエンスwithヨガ&ピラティス	20:10~21:05													全11回	
	水	ウェーブストレッチ	9:50~10:40	各8,800円	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13			
		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													全10回	
	木	ハワイアンフラダンス	13:00~13:55	9,900円	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/7	3/14	3/21			
		全10回															
		シェイプアップヨガ	19:00~19:55	7,920円	1/11	1/18	1/25	2/8	2/15	2/22	2/29	3/14	3/21				
	全9回																
	金	大人の為のバレエ	10:00~10:55	7,040円	1/12	1/26	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15	3/22					
全8回																	
	整体ストレッチ	11:05~12:00	7,040円	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15						
全8回																	
体育室	木	ラージボール卓球（中級）	9:00~11:30	12,100円	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	2/29	3/7	3/14	3/21		
	全11回																
	金	初級者卓球	12:15~14:00	各9,900円	1/12	1/19	1/26	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15	3/22				
中級者卓球		14:00~15:45	全9回														