

## 2024年1～3月期定期教室 空状況

○フロア教室

曜日	対象	教室名	時間	定員	空状況
火	大人	身体調整ストレッチ	10:00～10:55	30	1
	大人	キックボクシングエクササイズ	11:10～12:05	30	16
	大人	ダンススポーツ(社交ダンス)	13:00～13:55	20	13
	子ども	キッズ体操	15:45～16:45	15	13
	子ども	ジュニア体操	16:45～17:45	20	14
	大人	大人の為のバレエ	19:00～19:55	12	4
	大人	マットサイエンスwithヨガ&ピラティス	20:10～21:05	30	3
水	大人	ウェーブストレッチ	10:00～10:45	30	20
	子ども	親子ビクス	11:00～11:50	20	18
	大人	太極拳	13:00～13:55	20	2
	子ども	キッズストリートダンス	16:00～16:55	12	1
	子ども	ジュニアストリートダンス	17:00～17:55	20	9
	子ども	チアダンス①	16:00～16:50	10	5
	大人	シェイプキックエクササイズ	19:00～19:55	20	14
	大人	ペルビックスストレッチ	20:10～21:05	20	7
木	大人	ペルビックスストレッチ	11:05～12:00	25	2
	大人	ハワイアンフラダンス	13:00～13:55	20	6
	子ども	キッズバレエ	15:45～16:40	12	8
	子ども	ジュニアバレエ(低学年)	16:45～17:40	12	5
	子ども	ジュニアバレエ(高学年)	17:45～18:40	12	4
	子ども	キッズ体操	15:45～16:45	30	28
	子ども	ジュニア体操	16:45～17:45	30	15
	大人	有酸素&コアトレーニング	20:00～20:55	20	10
	大人	シェイプアップヨガ	19:00～19:55	20	5
	大人	ラージホール卓球(中級)	9:00～11:30	12	2
	金	大人	大人の為のバレエ	10:00～10:55	12
大人		整体ストレッチ	11:05～12:00	20	6
大人		バレトン ソール・シンセシス	11:05～12:00	12	4
大人		リラックスヨガ	12:00～12:55	20	7
大人		初級者卓球	13:00～14:15	18	3
大人		中級者卓球	14:15～15:30	18	7
子ども		キッズサッカー	15:40～16:40	20	16
子ども		ジュニアサッカー低学年	16:50～18:20	25	18
大人		バレトン ソール・シンセシス	19:00～19:50	20	15
大人		ZUMBA®	20:00～20:55	20	5
土		子ども	走り方教室①	9:30～10:20	20
	子ども	走り方教室②	10:30～11:20	20	5

## 2024年1～3月期定期教室 空状況

○プール教室

曜日	対象	教室名	時間	定員	空状況
火	大人	水中ウォーキング	10:00～10:50	30	9
	大人	成人水泳(初級)	13:00～13:50	10	2
	子ども	キッズ水泳	15:00～15:50	20	16
	子ども	キッズ・ジュニア水泳	16:00～16:50	40	7
	子ども	ジュニア水泳①	17:00～17:50	40	17
	大人	成人水泳(中級)	19:00～19:50	15	12
水	大人	成人水泳(初級)	10:00～10:50	10	2
	大人	成人水泳(中級)	10:00～10:50	15	2
	大人	アクアビクス	11:00～11:50	30	13
	大人	成人水泳(初級)	13:00～13:50	10	3
	大人	成人水泳(中級)	13:00～13:50	15	3
	子ども	キッズ水泳	15:00～15:50	20	13
	子ども	キッズ・ジュニア水泳	16:00～16:50	40	1
	子ども	ジュニア水泳①	17:00～17:50	40	24
	子ども	ジュニア水泳(上級)	18:00～18:50	20	15
木	大人	成人水泳(中級)	10:00～10:50	15	12
	大人	成人水泳(上級)	10:00～10:50	20	9
	大人	水中ウォーキング	11:00～11:50	30	11
	大人	成人水泳(中級)	13:00～13:50	15	7
	大人	成人水泳(上級)	13:00～13:50	20	11
	子ども	キッズ水泳	15:00～15:50	20	13
	子ども	ジュニア水泳①	17:00～17:50	40	11
	大人	成人水泳(中級)	19:00～19:50	15	5
金	大人	成人水泳(中級)	10:00～10:50	15	2
	大人	アクアビクス	11:00～11:50	30	19
	大人	アクアコンディショニング	12:00～12:50	20	18
	子ども	キッズ水泳	15:00～15:50	20	14
	子ども	キッズ・ジュニア水泳	16:00～16:50	40	6
	子ども	ジュニア水泳①	17:00～17:50	40	4
	子ども	ジュニア水泳(上級)	18:00～18:50	20	13
	大人	成人水泳(初級)	19:00～19:50	10	8
	大人	成人水泳(上級)	20:00～20:50	20	13
土	大人	種目別水泳(バタフライ)	10:00～10:50	10	3
	子ども	キッズ水泳	14:00～14:50	30	8
	子ども	ジュニア水泳①	16:00～16:50	50	15
日	大人	成人水泳(中級)	10:00～10:50	15	6
	子ども	キッズ水泳	11:00～11:50	30	12
	子ども	ジュニア水泳①	12:00～12:50	50	15
	大人	サンデー健康水中運動	13:00～13:50	20	13

## 2024年1～3月期定期教室 空状況

○カルチャー教室

曜日	対象	教室名	時間	定員	空状況
火	大人	らくらくピアノ	10:30～12:00	10	2
火	大人	健康カラオケ教室	13:00～15:00	15	9
水	大人	KINDRA	17:00～17:50	20	17
金	大人子ども	津軽三味線教室	19:00～21:00	20	13
土	大人子ども	デッサン教室	10:00～12:00	20	14