

第1期（4月～7月） 定期教室（フロア大人用） 【火曜・水曜】 受講料・日程表

| 曜日                   | 場所          | 教室名            | 時間          | 受講料一括    | 開催日程    |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|----------------------|-------------|----------------|-------------|----------|---------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|------|------|
|                      |             |                |             |          | 4/9     | 4/16 | 4/23 | 5/7  | 5/14 | 5/21 | 5/28 | 6/11 | 6/18 | 6/25 | 7/2 | 7/9  | 7/16 |
| 火                    | 研修室         | 身体調整ストレッチ      | 10:00～10:55 | 11,440円  | 4/9     | 4/16 | 4/23 | 5/7  | 5/14 | 5/21 | 5/28 | 6/11 | 6/18 | 6/25 | 7/2 | 7/9  | 7/16 |
|                      |             |                |             |          | 全13回    |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|                      |             | キックボクシングエクササイズ | 11:10～12:05 | 10,560円  | 4/16    | 4/23 | 5/7  | 5/14 | 5/21 | 5/28 | 6/11 | 6/18 | 6/25 | 7/2  | 7/9 | 7/16 |      |
|                      |             |                |             |          | 全12回    |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|                      |             | ダンススポーツ（社交ダンス） | 13:00～13:55 | 12,870円  | 4/9     | 4/16 | 4/23 | 5/7  | 5/14 | 5/21 | 5/28 | 6/11 | 6/18 | 6/25 | 7/2 | 7/9  | 7/16 |
|                      |             | 大人の為のバレエ       | 19:00～19:55 | 各11,440円 |         |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
| マットサイエンスwithヨガ&ピラティス | 20:10～21:05 | 全13回           |             |          |         |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
| 水                    | 研修室         | ウェーブストレッチ      | 9:50～10:40  | 各11,440円 |         |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|                      | 柔道場         | ピラティス          | 10:00～10:55 |          |         |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|                      |             | BCストレッチ NEW    | 12:50～13:40 |          | 4/10    | 4/17 | 4/24 | 5/8  | 5/15 | 5/22 | 5/29 | 6/12 | 6/19 | 6/26 | 7/3 | 7/10 | 7/17 |
|                      | 研修室         | 太極拳            | 13:00～13:55 |          |         |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|                      |             | BCチェア 名称変更     | 14:10～15:05 |          |         |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|                      |             | シェイプキックエクササイズ  | 19:00～19:55 |          | 全13回    |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |
|                      |             | パールビック・ストレッチ   | 20:10～21:05 |          | 10,560円 | 4/10 | 4/24 | 5/8  | 5/15 | 5/22 | 5/29 | 6/12 | 6/19 | 6/26 | 7/3 | 7/10 | 7/17 |
|                      | 全12回        |                |             |          |         |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |      |      |