

第2期（9月～12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														
火	研修室	身体調整ストレッチ	10:00~10:55	各13,200円	9/3	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/10	12/17
		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	14,850円															
		大人の為のバレエ	19:00~19:55	各13,200円															
		マットサイエンスwithヨガ&ピラティス	20:10~21:05																
水	研修室	ウェーブストレッチ	9:50~10:40	10,560円	9/4	9/11	9/18	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/11	12/18			
		全12回																	
	柔道場	ピラティス	10:00~10:55	各11,440円	9/4	9/11	9/18	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/11	12/18		
		バランスコンディショニング® ストレッチ	12:50~13:40		全13回														
	研修室	太極拳	13:00~13:55	各11,440円	9/4	9/11	9/18	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/11	12/18		
		バランスコンディショニング® チェア	14:10~15:05		全13回														
		シェイプキックエクササイズ	19:00~19:55	各12,320円	9/4	9/11	9/18	9/25	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/11	12/18	
		ベルビック・ストレッチ	20:10~21:05		全14回														