

2019年度 第2期スタジオ教室(7月~9月実施) 参加者募集教室

R1.5.30 更新

曜日	対象	教室名	時間	受講料	定員	7月				8月				9月						
日	15歳~	ZUMBA	17:00~18:00	6,000円	20名		7	14	21	28		4	11	18	25		8	15		
	15歳~	シンプルピラティス	18:15~19:15	6,000円	18名		7	14	21	28		4	11	18	25		8	15		
	15歳~	ヨガ 心	19:30~20:30	10,000円	20名		7	14	21			4		18	25	1	8	15	22	
火	18歳~	気功	9:30~10:30	6,000円	15名	2	9	16	23	30		6		20	27	3	10			
	18歳~	アロマヨガ 体	9:30~10:30	10,000円	20名	2	9	16	23	30		6		20	27	3	10			
	18歳~	はじめての太極拳	10:45~11:45	6,000円	15名	2	9	16	23	30		6		20	27	3	10			
	18歳~	アロマヨガ 心	10:45~11:45	10,000円	20名	2	9	16	23	30		6		20	27	3	10			
	40歳~	シェイプアップダンス	12:00~13:00	6,000円	15名	2	9	16	23	30		6		20	27	3	10			
	18歳~	太極拳24式	12:00~13:00	6,000円	20名	2	9	16	23	30		6		20	27	3	10			
	18歳~	ボディコンバット	13:15~14:15	6,000円	20名	2	9	16	23	30		6	13			3	10	17		
	18歳~	ボディバランス	14:30~15:30	6,000円	20名	2	9	16	23	30		6	13			3	10	17		
	15歳~	ヨガ 体	19:30~20:30	10,000円	15名	2	9	16	23	30		6		20	27	3	10			
	15歳~	ボディシェイプボクシング	19:30~20:30	10,000円	20名	2	9	16	23			6		20	27	3	10	17		
	水	40歳~	やさしい筋トレ&ストレッチ	9:30~10:30	10,000円	15名	3	10	17	24			7		21	28	4	11	18	
1歳10ヶ月~未就園児		親子で五感あそび ステップ	9:45~10:45	10,000円	18組	3	10	17	24	31				21	28	4	11	18		
生後2ヶ月~12ヶ月		脳育スキンシップあそび	11:00~12:00	10,000円	17組	3	10	17	24	31				21	28	4	11	18		
50歳~		シニアのための体幹トレーニング	12:00~13:00	10,000円	15名	3	10	17	24			7		21	28	4	11	18		
18歳~		NEW 社交ダンス	12:15~13:15	10,000円	20名	3	10	17	24	31		7	14	21	28	4				
18歳~		はじめてのヨガ	13:30~14:30	6,000円	20名	3	10	17	24	31			14	21	28	4	11			
18歳~		骨盤ストレッチ	13:30~14:30	10,000円	15名	3	10	17	24			7		21	28	4	11	18		
15歳~	女性のためのコアエクササイズ	19:30~20:30	10,000円	15名	3	10	17	24			7		21	28	4	11	18			
木	18歳~	ボディパンプ	10:30~11:30	6,000円	20名	4	11	18	25		1	8			29	5	12	19		
	18歳~	NEW バレエヨガ	11:00~12:00	10,000円	15名	4	11		25		1		15	22	29	5	12	19		
	18歳~	ボディコンバット	11:45~12:45	6,000円	20名	4	11	18	25		1	8			29	5	12	19		
	18歳~	バレエ	12:20~13:20	10,000円	15名	4	11		25		1		15	22	29	5	12	19		
	18歳~	ボディバランス	13:00~14:00	6,000円	20名	4	11	18	25		1	8			29	5	12	19		
	18歳~	はじめてステップ	14:20~15:20	10,000円	20名	4	11	18	25			8		22	29	5	12	19		
	15歳~	ヨガ 体	19:30~20:30	10,000円	15名	4	11	18	25		1		15	22		5	12	19		
金	18歳~	太極拳32式	9:15~10:45	9,000円	15名	5	12	19	26		2	9		23	30	6	13			
	生後11ヶ月~未就園児	親子で五感あそび ホップ	9:45~10:45	10,000円	18組	5	12	19	26		2	9		23		6	13	20		
	生後2ヶ月~12ヶ月	脳育スキンシップあそび	11:00~12:00	10,000円	17組	5	12	19	26		2	9		23		6	13	20		
	18歳~	フラダンス	12:20~13:20	10,000円	15名	5	12	19	26		2		16		30	6	13	20		
	18歳~	ボディアタック	12:20~13:20	6,000円	20名	5	12	19	26		2	9			30	6	13	20		
	50歳~	お手軽筋カトレーニング	13:35~14:35	6,000円	15名	5	12	19	26		2	9		23	30	6	13			
	18歳~	ボディバランス	13:35~14:35	6,000円	20名	5	12	19	26		2	9			30	6	13	20		
	50歳~	リズムウォーク&筋トレ	14:50~15:50	6,000円	20名	5	12	19	26		2	9		23	30	6	13			
	15歳~	ヨガ(体・パワーヨガ)	19:30~20:30	10,000円	15名	5	12	19	26		2		16	23	30	6	13			
	15歳~	ボディコンバット	19:30~20:30	6,000円	20名	5	12	19	26		2	9		23	30	6	13			
土	15歳~	はじめてのピラティス	13:00~14:00	6,000円	20名	6	13	20	27		3		17	24	31	7	14			
	15歳~	はじめてのヨガ	14:15~15:15	6,000円	20名	6	13	20	27		3		17	24	31	7	14			
	15歳~	ボディコンバット	19:30~20:30	6,000円	20名	6	13	20	27		3	10		24	31	7	14			

令和元年6月1日(土)~ 参加者受付開始(期間内にはがきでの応募になります)

- ・6月1日(土)~11日(火・必着)で、参加者募集をおこないます
- ・参加希望の方は、往復はがきまたは普通はがきにて応募ください(はがきの書き方は記入例を参考にしてください)
- ・定員を超えた分につきましては、応募者を対象に抽選をおこないます。参加応募者の方には、6月12日(水)以降、順次当落結果を発送いたします
さがみはらグリーンプール(相模原市立総合水泳場)
指定管理者:静岡ビル保善・コナミスポーツグループ TEL:042-758-3151