

再申込対象教室

曜日	教室名	曜日	教室名
月	フラダンス	水	セルフケア体操
火	骨盤矯正体操	水	ソフトヨガ
火	ボディコア	木	バドミントン
火	いきいき体操	木	リズムエクササイズ
火	らくらくヨガ	木	アロマヒーリングヨガ
火	スローヨガ	木	リラックスヨガ
火	ナイトヨガ	金	骨盤エクササイズ
水	アロマヨガ	金	はじめてのヨガ
水	美ボディヨガ		

令和2年4月中に上記教室にいずれか**在籍のある方のみ**
再申込の対象となります。

7月～9月（第1期） 教室一覧

教室名	曜日	時間	定員	内容	月謝（税抜単価×回数）＋消費税
骨盤矯正体操	火	9：30～10：30	12名	歪んだ骨盤を意識して動かし、矯正していく体操です。	(550円×月実施回数)＋消費税
いきいき体操	火	13：00～14：00	12名	ストレッチ体操を中心に、様々な運動を取り入れて体づくりを行います。	(550円×月実施回数)＋消費税
スローヨガ	火	19：00～20：00	12名	ゆっくりとしたエクササイズにより、心をほぐし、安眠へと導きます。	(550円×月実施回数)＋消費税
アロマヨガ	水	9：30～10：30	12名	リラックス効果のあるアロマオイルの香りの中で全身をストレッチし、心も体もリフレッシュ。	(550円×月実施回数)＋消費税
ソフトヨガ	水	14：30～15：30	12名	自律神経を整え、緊張と弛緩の中から心身ともに安定した状態に導いてくれます。	(550円×月実施回数)＋消費税
ボディコア	木	13：30～14：30	12名	全身の筋力を使いながら美しいボディラインを手に入れます。	(550円×月実施回数)＋消費税
アロマヒーリングヨガ	木	19：00～20：00	12名	リラックス効果のあるアロマオイルの香りの中で全身をストレッチし、心も体もリフレッシュ。	(550円×月実施回数)＋消費税
はじめてのヨガ	金	10：30～12：00	12名	正しい呼吸法と一連のポーズにより体の内側から鍛え、美しい身体を作ることができます。	(750円×月実施回数)＋消費税

申込期間：6/10（水）～6/19（金）

期間中に電話 または メール にて以下の内容を明記の上お申込みください。

- ① 4月の在籍教室名 ② 会員番号 ③ 氏名 ④ 連絡先 ⑤ 希望教室名（※上記表より1つお選びください。）

電話：[022-392-5340](tel:022-392-5340)

メール：こちらから

当落発表：6/22（月）

本申込：6/22（月）～6/30（火）まで

< 注 意 事 項 >

※4月中に在籍のあった方のみとなります。

※「会員番号・教室名の明記がない」「在籍の確認が取れない」「重複申込」の場合、申込は無効とさせていただきます。

※お1人様1教室までお申込が可能です。

※今年度に限り、定期制教室として開催致します。

第2期（10月～12月）は詳細が決定次第「館内掲示」または「ホームページ」にて告知を予定しております。