

2023年度 第4期

期教室日程表

・初めて受講の方は、回数割させていただきます。
 ・教室開始以降のキャンセル・返金・移動はできません。
 ・定員になり次第、締め切らせていただきます。

曜日	教室	定員	時間	日程 (2024年1月~3月)	料金(11回/期)
火	バドミントンA (初心者~中級)	45名	10:00~12:00	1月: 16日 23日 30日 2月: 6日 20日 27日 3月: 5日 12日 19日 26日	7,000円 体験:700円
	バドミントンB (中・上級者)	30名	12:45~14:45	1月: 16日 23日 30日 2月: 6日 20日 27日 3月: 5日 12日 19日 26日	
	卓球 A	25名	10:00~11:45	1月: 16日 23日 30日 2月: 6日 20日 27日 3月: 5日 12日 19日 26日	
	卓球 B	25名	12:30~14:15	1月: 16日 23日 30日 2月: 6日 20日 27日 3月: 5日 12日 19日 26日	
	卓球 C	25名	14:30~16:15	1月: 16日 23日 30日 2月: 6日 20日 27日 3月: 5日 12日 19日 26日	
	YOGA ~健康・美容プログラム~	15名	19:30~20:30	1月: 16日 23日 30日 2月: 6日 20日 27日 3月: 5日 12日 19日 26日	
水	中国式保健体操 & ৌりボール	15名	10:00~11:30	1月: 10日 17日 24日 31日 2月: 7日 14日 21日 28日 3月: 6日 13日 (27日)	
木	エアロビックダンス ~有酸素運動プログラム~	20名	10:00~11:30	1月: 11日 18日 25日 2月: 1日 8日 15日 22日 3月: 7日 14日 21日 (28日)	
	ふれあい健康体操A	15名	19:00~20:30	1月: 11日 18日 25日 2月: 1日 8日 15日 22日 3月: 7日 14日 21日 (28日)	5,000円 体験:500円
金	ストレッチヨガ	20名	10:15~11:45	1月: 12日 19日 26日 2月: 2日 9日 16日 3月: 1日 8日 15日 22日 (29日)	7,000円 体験:700円
	ふれあい健康体操B	20名	13:00~14:30	1月: 12日 19日 26日 2月: 2日 9日 16日 3月: 1日 8日 15日 22日 (29日)	5,000円 体験:500円

()は予備日