

2020年度10月～12月 風見の丘 フィットネス教室レッスンカレンダー

変更日 9/4(金)

教室名	講師名	受講料	回数	曜日	時間	無料 体験会	10月				11月				12月					
1 バレトン	荒内幸代さん	4,400 円	8 回	月	10:00-11:00	5	19	26			9	16	30			7	14	21		
2 60歳からの体幹トレーニング	太田由美さん	4,400 円	8 回		11:15-12:15		19	26			9	16	30			7	14	21		
3 キレイになるヨガ	鈴木洋子さん	4,400 円	8 回		13:30-14:30		19	26			9	16	30			7	14	21		
4 ヒップホップ	YOSHIMIさん	4,400 円	8 回		19:45-20:45		19	26			9	16	30			7	14	21		
5 ピラティス	田口智華さん	4,400 円	8 回	水	10:00-11:00		14	28			11	18	25			2	9	16		
6 小学生ダンス	MAIさん	4,400 円	8 回		17:00-18:00		14	28			11	18	25			2	9	16		
7 Dance Dance Dance	CHIAKIさん	4,400 円	8 回		19:00-19:50		14	21	28		11	18	25			2	16			
8 リセットピラティス		4,400 円	8 回		20:00-20:50	7	14	28			11	18	25			2	16	23		
9 元気はつらつシニア教室	村松美どりさん	4,400 円	8 回	木	10:00-11:00	8	15	22			12	26			3	10	17	24		
10 ゆったりヨガ(短期)	藤田浩美さん	2,750 円	5 回		11:15-12:15	8	15	22			12	19	26							
11 肩・腰リラックス体操	CHIAKIさん	4,400 円	8 回		13:30-14:30	8	15	22			12	19	26			3	10	17		
12 ゆるヨガ①	中村江美さん	4,400 円	8 回		18:40-19:40	8	15	22			12	19	26			3	10	17		
13 ゆるヨガ②		4,400 円	8 回		19:50-20:50	8	15	22			12	19	26			3	10	17		
14 エアロビック&ストレッチ	荒内幸代さん	4,400 円	8 回	金	10:00-11:00	9	16	23			13	20	27			4	11	18		
15 フラダンス	村松美どりさん	4,400 円	8 回		13:30-14:30	9	16	23			13	20	27			4	11	18		
16 キッズダンス(年中長)	KASUMIさん	4,400 円	8 回		15:00-16:00		16	23			13	20	27			4	11	18		
17 小学生ダンス		4,400 円	8 回		17:00-18:00		16	23			13	20	27			4	11	18		
18 ストレッチポール&ピラティス	田口智華さん	3,850 円	7 回		19:30-20:30	9	16	23			13	27			4	11	18			
19 シェイプアップエアロ	松本智さん	4,400 円	8 回		土	10:00-11:00		17	24			14	21	28			5	12	19	
20 簡単エアロ&ストレッチ		4,400 円	8 回	11:10-12:00			17	24			14	21	28			5	12	19		
21 キッズエアロビック・ダンス(短期)	村松美どりさん	2,750 円	5 回	13:30-14:30		10	24			7	14	21			5					
22 元気になるヨガ①	山本さおりさん	4,400 円	8 回	15:30-16:30		10	17	24			14	21	28			5	12	19		
23 元気になるヨガ②		4,400 円	8 回	17:00-18:00		10	17	24			14	21	28			5	12	19		
24 ZUMBA		4,400 円	8 回	18:15-19:15			17	24			14	21	28			5	12	19		
25 バレトン&ピラティスケア		鈴木紀代美さん	4,400 円	8 回		19:30-20:30		17	24			14	21	28			5	12	19	
26 簡単ヨガ&コアトレーニング(短期)	松本智さん	2,750 円	5 回	日	11:00-12:00	11	18	25			8	15	29							

※日程は変更になる場合があります。

☆館内に掲示してある利用上の注意をよく読み、教室を受講する際にも必ず守ってください。

☆受講料が未納の方は、支払いが完了するまで教室には参加いただけません。

☆『欠席』『申し込みキャンセル』をされる際は、必ず風見の丘までご連絡ください。受講料未納・連絡のないまま欠席が続いた場合、キャンセル処理をいたします。年度内の再入会はできません。

☆受付スタッフに『受講者カード』を見せてから館内にお上がりください。カードを忘れた際は受付にて『教室』『氏名』を伝えてからお上がりください。

☆小学2年生以下のお子様を館内に待たせた状態で、保護者の方のみ教室を受講することはできません。(お子様の保護者として認められるの高校卒業年代以上の方からです。)

☆教室開講時間中でも、多くの施設利用者様が来館していることをご理解・ご配慮ください。お子様をお連れの保護者様は、必ずお子様のそばに付き添い、静かにお待ちください。