

【木曜日の教室】

バウンドテニス



開催日 7 / 4・18・25
 木曜日 8 / 1・22
 (全9回) 9 / 5・12・19
 10 / 3
 開催時間 10:00~12:00
 定員 30名
 参加料 一般 6,750円
 申込受付 6月8日(土)10時00分~

ゆったりピラティス



開催日 7 / 4・18・25
 木曜日 8 / 1・8・22・29
 (全10回) 9 / 5・12・19
 開催時間 19:30~20:30
 定員 15名
 参加料 一般 7,500円(税込)
 申込受付 6月8日(土)10時30分~

体幹健康ストレッチ



開催日 7 / 4・18・25
 木曜日 8 / 1・8・22・29
 (全10回) 9 / 5・12・19
 開催時間 10:00~11:00
 定員 20名
 参加料 一般 6,000円(税込)
 申込受付 6月8日(土)11時00分~

【金曜日の教室】

はつらつ健康体操



開催日 6 / 28
 金曜日 7 / 19・26
 (全10回) 8 / 2・9・23・30
 9 / 6・20
 10 / 4
 開催時間 9:50~10:50
 定員 30名
 参加料 一般 6,000円(税込)
 申込受付 6月8日(土)10時30分~

楽しいフラダンス



開催日 6 / 28
 金曜日 7 / 19・26
 (全10回) 8 / 2・9・23・30
 9 / 6・20
 10 / 4
 開催時間 11:05~12:05
 定員 20名
 参加料 一般 7,500円(税込)
 申込受付 6月8日(土)10時00分~

いつも笑顔忘れず
 ポジティブ志向で
 目指せ健康ライフ



咲かそう…大輪の花