

29年度 第4期 教室日程一覧表

★は残りわずか
— は満員

	教室名	料金	時間	対象	場所	定員	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回	12回
月曜日	ZUMBA ズンバ	4,900円	10:30~11:45	高校生以上	第1会議室	20名	1/22	1/29	2/5	2/26	3/5	3/12	3/26					
	ヨガ・リラックス	4,900円	13:45~15:00	高校生以上	第1会議室	20名	1/22	1/29	2/5	2/26	3/5	3/12	3/26					
	スマイルフラ	4,900円	19:00~20:15	高校生以上	第1会議室	20名	1/22	1/29	2/5	2/26	3/5	3/12	3/26					
	チアダンス 幼児	7,000円	15:30~16:15	3歳~未就学児	第1会議室★	20名	1/22	1/29	2/5	2/26	3/5	3/12	3/26					
	チアダンス 児童	7,000円	16:20~17:10	小学1年~6年	第1会議室	20名	1/22	1/29	2/5	2/26	3/5	3/12	3/26					
火曜日	ピラティス	7,700円	13:45~15:00	高校生以上	第2会議室★	13名	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/20	
	親子体育スクール	10,000円	10:40~11:40	2~3歳児と保護者	第2SH★	20名	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13		
	幼児体育スクール	10,000円	15:30~16:30	年中・年長	第2SH	20名	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13		
	児童体育スクール	10,000円	16:40~17:40	小学生	第2SH	20名	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13		
水曜日	ピラティス	7,000円	13:45~15:00	高校生以上	第2会議室	13名	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14		
	ヨガ・リラックス	7,000円	19:00~20:15	高校生以上	第1会議室★	20名	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14		
	いきいき音楽体操	6,000円	12:30~13:30	概ね60歳以上	第2会議室	20名	1/17	1/31	2/7	2/21	3/7	3/14						
木曜日	骨盤シェイプ	7,700円	10:30~11:45	高校生以上	第1会議室	20名	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	3/22	
	幼児新体操クラス	10,000円	15:30~16:30	年中・年長	第2SH	20名	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15		
	児童新体操クラス	10,000円	16:40~17:40	小学生	第2SH	20名	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15		
	幼児フットサル	12,000円	15:30~16:15	3歳~未就学児	第1SH	20名	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	3/22	3/29
	Jr. フットサル	12,000円	16:20~17:10	小学1~3年生	第1SH★	25名	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	3/22	3/29
	Jr. フットサル	12,000円	17:15~18:15	小学4~6年生	第1SH★	25名	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15	3/22	3/29
金	足腰元気ストレッチ	6,600円	10:00~11:15	概ね60歳以上	第1会議室	20名	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/2	3/9	3/16	3/23	

お申込は体育館窓口にて、先着順となります。
 事前予約及び、電話による申込みはできません。
 各教室1回のみ、体験(有料)ができます。定員人数に達した教室は、体験ができませんのでご了承ください。
 すでに開始している教室でも、定員に満たしていない場合は途中参加ができます。
 ※途中参加の場合は、残りの日数分の参加費となります。

— の教室は定員人数に達しているため、ご参加できません。
 ご了承ください。

多摩市立総合体育館

多摩市東寺方588-1

☎042-374-2313

受付 9:00~20:00(日・祝~18時まで) 休館日 第3月曜日(祝日の場合は翌平日)