

令和元年度 第3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	13回	
月曜日	ヨガ・リラックス	4,900円	13:45~15:00	高校生相当以上	第2会議室	13名	10/7	10/28	11/11	11/25	12/2	12/9	12/23							
	スマイルフラ	4,200円	19:00~20:15	高校生相当以上	第1会議室	20名	10/7	10/28	11/11	11/25	12/9	12/23								
	チアダンス 幼児	7,000円	15:30~16:15	3歳~未就学児 (年少~年長)	第1会議室	20名	10/7	10/28	11/11	11/25	12/2	12/9	12/23							
	チアダンス 初級	7,000円	16:20~17:10	小学生	第1会議室	20名	10/7	10/28	11/11	11/25	12/2	12/9	12/23							
	チアダンス 中級	7,000円	17:15~18:10	小学生	第1会議室	20名	10/7	10/28	11/11	11/25	12/2	12/9	12/23							
火曜日	ZUMBA ズンバ	8,400円	10:30~11:45	高校生相当以上	第1会議室	20名	10/1	10/8	10/15	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	12/24		
	ピラティス	7,700円	13:45~15:00	高校生相当以上	第2会議室	13名	10/1	10/8	10/15	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17			
	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	10/1	10/8	10/15	10/29	11/5	11/12	11/26	12/3	12/10	12/17				
	幼児体育スクール	10,000円	15:30~16:30	3歳~未就学児 (年少~年長)	第2SH	20名	10/1	10/8	10/15	10/29	11/5	11/12	11/26	12/3	12/10	12/17				
	児童体育スクール	10,000円	16:40~17:40	小学生	第2SH	20名	10/1	10/8	10/15	10/29	11/5	11/12	11/26	12/3	12/10	12/17				
水曜日	ヨガ・リラックス	9,100円	19:00~20:15	高校生相当以上	第1会議室	22名	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18	12/25	
	いきいき音楽体操	6,000円	13:00~14:00	高校生相当以上	第2会議室	20名	10/2	10/16	11/6	11/20	12/4	12/18								
木曜日	骨盤シェイプ	7,700円	10:30~11:45	高校生相当以上	第1会議室	27名	10/3	10/10	10/17	10/24	11/7	11/14	11/21	12/5	12/12	12/19	12/26			
	幼児新体操クラス	10,000円	15:30~16:30	4歳~未就学児 (年中~年長)	第2SH	20名	10/3	10/10	10/17	10/24	11/7	11/14	11/21	12/5	12/12	12/19				
	児童新体操クラス	10,000円	16:40~17:40	小学生	第2SH	20名	10/3	10/10	10/17	10/24	11/7	11/14	11/21	12/5	12/12	12/19				
	幼児フットサル	10,000円	15:30~16:15	3歳~未就学児 (年少~年長)	第1SH	20名	10/3	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	12/5	12/12	12/19				
	Jr. フットサル(1~3年生)	10,000円	16:20~17:10	小学1~3年生	第1SH	25名	10/3	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	12/5	12/12	12/19				
	Jr. フットサル(4~6年生)	10,000円	17:15~18:15	小学4~6年生	第1SH	25名	10/3	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	12/5	12/12	12/19				
金曜日	初めてヨガ	8,400円	19:00~20:15	高校生相当以上	第1会議室	22名	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20		
	さわやか元気ストレッチ①	7,200円	9:30~10:45	概ね60歳以上	第1会議室	20名	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20	12/27		
	さわやか元気ストレッチ②	7,200円	11:00~12:15	概ね60歳以上	第1会議室	20名	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20	12/27		

お申込み受付中

体育館窓口にて、先着順となります。参加費を添えてお申込みください。
 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。ご了承ください。
 すでに開始している教室でも、定員を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)