

4月スタート

定期教室 追加募集

随時募集中

申し込み先着順となります

月	おかあさんといっしょ	9:30~10:15	¥ 7,600		木	モーニングヨガ	9:00~10:00	¥12,600	わずか
	ルーシーダットン	10:45~11:45	¥ 7,200			ヨチヨチ	9:30~10:15	¥13,300	
	ピラティス	12:15~13:15	¥ 7,200			エアロ&トレーニング	10:15~11:15	¥12,600	
	幼児体操	15:30~16:30	¥ 7,600			ピヨピヨ	10:30~11:15	¥13,300	
	小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥ 7,600			フラダンス初級	11:00~12:00	¥12,600	わずか
	なわとび	18:00~18:45	¥ 7,200			姿勢改善運動	12:15~13:15	¥12,600	
	シェイプアップヨガ	19:45~20:45	¥ 7,200	わずか		シェイプUPトレーニング	14:15~15:15	¥12,600	わずか
	燃焼系トレーニング	21:00~21:50	¥ 7,200			幼児体操	15:30~16:30	¥13,300	
水	ヨチヨチ	9:00~9:45	¥13,300		小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥13,300		
	ママ&ベビーヨガ	10:00~11:00	¥13,300	満員	小学生体操(1~6年)	18:00~19:00	¥13,300		
	バレトン	10:10~11:00	¥12,600		燃焼系ボクシングEX	19:30~20:30	¥12,600		
	燃焼系ボクシングEX	13:30~14:30	¥12,600		夜ZUMBA	20:45~21:45	¥12,600		
	ビューティーヨガ	14:45~15:45	¥12,600	わずか	金	はじめてのボクシングEX	9:30~10:30	¥13,500	わずか
	放課後☆キッズ(小1~3)	16:45~17:45	¥13,300			かんたんエアロ	10:45~11:45	¥13,500	わずか
						コンディショニングヨガ	12:15~13:15	¥13,500	

空き状況は3月10日時点のものです。
 申し込み先着順となります。定員に達し次第、受付を終了いたします。
 あらかじめご了承ください。

中野区立総合体育館 03-5860-0024