

# 1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	¥ 6,650		木	ヨチヨチ	9:30~10:15	¥ 8,550	満員
	ルーシーダットン	10:45~11:45	¥ 6,300			エアロ&トレーニング	10:15~11:15	¥ 8,100	
	ピラティス	12:15~13:15	¥ 6,300			姿勢改善運動	12:15~13:15	¥ 8,100	
	幼児体操	15:30~16:30	¥ 6,650	満員		幼児体操	15:30~16:30	¥ 8,550	満員
	小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥ 6,650			小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥ 8,550	
	なわとび	18:00~18:45	¥ 6,300			小学生体操(1~6年)	18:00~19:00	¥ 8,550	
	シェイプアップヨガ	19:45~20:45	¥ 6,300			燃焼系ボクシングEX	19:30~20:30	¥ 8,100	満員
	燃焼系トレーニング	21:00~21:50	¥ 6,300			夜ZUMBA	20:45~21:45	¥ 8,100	
火	コアトレーニング	18:15~19:15	¥ 8,100	わずか	金	かんたんエアロ	10:45~11:45	¥ 9,000	満員
水	ヨチヨチ	9:00~9:45	¥ 9,500	わずか		コンディショニングヨガ	12:15~13:15	¥ 9,000	
	バレトン	10:10~11:00	¥ 9,000		※1次募集で満員になった教室は表示していません				
	燃焼系ボクシングEX	13:30~14:30	¥ 9,000		各教室の詳細は こちら↓				
	放課後☆キッズ(小1~3)	16:45~17:45	¥ 9,500						

空き状況は12月20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