

令和7年度 第1期 (4~6月) フィットネス教室 申込書



- ◆申込・支払い期間は、3月1日(土)~3月22日(土) までとなります
- ◆今回より抽せん制度を廃止し、先着順となります
- ◆レッスンは、原則毎週実施いたします (都合により回数が変わるクラスもございます)
- ◆4月より価格改定をしております。また実施回数にあわせて価格が変動しておりますのでご了承ください。

登録番号：

氏名：

申込	曜日	時間	教室名	参加費	開始日
	月	12:45~13:45	ツールエクササイズ	7,683	4月7日
	月	14:00~15:00	らくらくラテン&ストレッチ	7,683	
	月	15:15~16:15	コアコンディショニング	7,683	
	月	16:30~17:15	テニス45	14,300	
	火	9:45~10:45	ヴォーカリズム	10,764	4月1日
	火	11:00~12:00	健康づくり教室	1,700	
	火	12:15~13:15	やさしいピラティス	10,764	
	火	15:15~16:15	健康づくり教室 応用	1,700	
	火	16:30~17:30	ジョギング&コアトレ	5,910	
	火	18:30~19:30	リラクゼーションヨガ	9,108	4月8日
	火	19:45~20:45	マットピラティス	9,936	4月1日
	水	11:30~12:30	やさしいヨガ	10,764	4月2日
	水	12:45~13:45	背骨ゆがみケア	10,764	
	水	14:00~15:00	生活習慣予防・改善	3,800/1,300	
	水	15:15~16:15	健康づくり教室	1,700	
	水	19:45~20:45	テニス 60	17,875	
	木	10:00~11:00	健康づくり教室	1,700	4月10日
	木	11:15~12:15	動きやすいからだづくり	7,092	4月3日
	木	14:00~15:00	ピラティス&カラダケア	10,764	
	木	15:15~16:15	のびのびトレーニング	7,683	
	木	16:30~17:15	かんたんエアロ	8,229	
	木	18:30~19:30	ローインパクトエアロ	10,764	
	木	19:45~20:45	コアコンディショニング	7,683	
	金	9:45~10:45	からだを整えるピラティス	10,764	4月4日
	金	11:00~12:15	楊名時八段錦 太極拳	9,936	4月11日
	金	12:30~13:30	生活習慣予防・改善	3,800/1,300	
	金	13:45~14:45	健康づくり教室	1,700	
	金	15:00~16:00	ゆったり気功	9,936	4月4日
	土	9:45~10:45	健康づくり教室	1,700	4月12日
	土	11:00~12:00	ボディバランスヨガ	10,764	4月5日
	土	17:15~18:30	テニス 75	21,450	
	土	18:45~19:30	体幹トレーニング&ストレッチ	7,596	
	土	19:45~20:30	Group Fight	2,532	
	土	19:45~20:45	ビギナーズボクシング	5,796	

受付	入金	名簿記入
受付 / ㊟	入金 / ㊟	名簿 / ㊟