

1月スタート

定期教室 追加募集

12月9日(土)

朝9時～

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	¥ 8,100	わずか
	ルーシーダットン	10:45~11:45	¥ 7,200			エアロ&トレーニング	10:15~11:15	¥ 8,100	
	ピラティス	12:15~13:15	¥ 7,200			ピヨピヨ	10:30~11:15	¥ 8,550	わずか
	幼児体操	15:30~16:30	¥ 7,600			フラダンス初級	11:00~12:00	¥ 8,100	わずか
	小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥ 7,600			姿勢改善運動	12:15~13:15	¥ 8,100	
	なわとび	18:00~18:45	¥ 7,200			幼児体操	15:30~16:30	¥ 8,550	
	シェイプアップヨガ	19:45~20:45	¥ 7,200	わずか		小学生体操(低学年)	16:45~17:45	¥ 8,550	
	燃焼系トレーニング	21:00~21:50	¥ 7,200			小学生体操(1~6年)	18:00~19:00	¥ 8,550	わずか
火	コアトレーニング	18:15~19:15	¥ 8,100		燃焼系ボクシングEX	19:30~20:30	¥ 8,100		
	燃焼系ボクシングEX	19:30~20:30	¥ 8,100		夜ZUMBA	20:45~21:45	¥ 8,100		
水	ヨチヨチ	9:00~9:45	¥ 8,550		金	はじめてのボクシングEX	9:30~10:30	¥ 8,100	
	バレトン	10:10~11:00	¥ 8,100			かんたんエアロ	10:45~11:45	¥ 8,100	
	燃焼系ボクシングEX	13:30~14:30	¥ 8,100			コンディショニングヨガ	12:15~13:15	¥ 8,100	
	ビューティーヨガ	14:45~15:45	¥ 8,100	わずか	12月1日現在の		中野区立総合体育館		
	放課後☆キッズ(小1~3)	16:30~17:30	¥ 8,550		空き状況です		03-5860-0024		