

2024年度 【4月・5月・6月】 フィットネス教室 日程表 **★回数券は5回分3,000円で、全ての教室にご参加できます。**

2024/2/27 更新分

番号	曜日	教室名	時間	会場	講師	1回利用料	4月				5月				6月					
1	月	きれいになるバレトン	10:00~11:00	剣道場	加藤	¥900	/	8日	15日	/	/	/	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日	
2		ZUMBA(月)	18:30~19:20	体育室	北村		/	8日	15日	/	/	/	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日	
3		いやしのヨーガ	19:30~20:30	体育室	稲垣		/	8日	15日	/	/	/	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日	
4	火	女性DAY	10:00~10:45 11:00~11:45	体育室	山口	¥340	/	/	16日	/	/	/	21日	/	/	/	/	18日	/	
5	水	やさしい太極拳(水)	9:30~11:00	剣道場	大沢	¥900	/	10日	17日	/	/	1日	8日	15日	22日	29日	5日	12日	19日	26日
6		からだにやさしいピラティス	13:30~14:30	体育室	宮崎		/	10日	17日	/	/	1日	8日	15日	/	29日	5日	12日	19日	26日
7		かいてきエアロビクス	18:30~19:20	体育室	加藤		/	10日	17日	/	/	1日	8日	15日	/	29日	5日	12日	19日	26日
8		ZUMBA(水)	19:30~20:20	体育室	大橋		/	10日	17日	/	/	1日	8日	15日	/	29日	5日	12日	19日	26日
9	木	ZUMBAGOLD	10:00~11:00	体育室	武藤	¥900	/	11日	18日	/	/	2日	9日	16日	/	30日	6日	13日	20日	27日
10		かんたんエアロビクス	11:10~12:10	体育室	宮崎		/	11日	18日	/	/	2日	9日	16日	/	30日	6日	13日	20日	27日
11		リラックスできるヨーガ	13:30~14:30	体育室	加藤		/	11日	18日	/	/	2日	9日	16日	/	30日	6日	13日	20日	27日
12		やさしい太極拳(木)	19:00~20:30	剣道場	棚橋		/	11日	18日	/	/	2日	9日	16日	23日	30日	6日	13日	20日	27日
13	金	バランスボールdeエクササイズ	10:30~11:20	柔道場	山口	¥900	/	12日	19日	/	/	/	10日	17日	24日	31日	7日	14日	/	28日
14		ZUMBA(金)	13:30~14:30	体育室	中島		/	12日	19日	/	/	/	10日	17日	24日	31日	7日	14日	/	/
15		ボディ・メンテナンス	14:40~15:40	体育室	中島		/	12日	19日	/	/	/	10日	17日	24日	31日	7日	14日	/	/
16		One Day エクササイズ	19:30~20:30	体育室	スタッフ	¥340	/	12日	/	/	/	/	17日	/	/	7日	/	/	/	/

- ① 一度お支払いいただいた参加料・回数券は返金できません。
- ② 身体に不安のある方、妊娠中の方はご参加できません。体調などご自身で判断し参加してください。
- ③ 1回券、回数券購入の方はトレーニング室受付にて、お買い求めください。
- ④ 講師体調、施設、天候等、急遽中止になる場合がございます。  
(日程等はホームページまたは、トレーニング室までお問い合わせください。)

**★回数券は5回分3,000円で、全ての教室にご参加できます。**

(現金もしくはPayPayでお支払いください。)

**★4,16の教室は、トレーニング室の利用(2時間)とフィットネス教室が340円でご参加できます。(トレーニング室利用券を購入してください)**

**岐阜メモリアルセンター トレーニング室 058-233-8584**