



☆ウェルネスセンター☆ **4月**

イベント開催一覧

◆問合せ先◆ 433-1124



事業名称	日(曜日)	時間	対象	定員	参加費・その他	申込開始日・締切日	備考
乳幼児わくわく体操	5日(月)・12日(月) 26日(月)	午前10時00分～ 午前11時00分	歩き始めた1歳から3歳まで のお子様と保護者の方	15組(先着順)	3,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
ベビーマッサージ	5日(月)・12日(月) 26日(月)	午前11時15分～ 午後0時15分	生後2ヶ月～1歳6か月まで のお子様と保護者の方	15組(先着順)	3,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
親子スイミング	5日(月)・12日(月) 26日(月)	午前10時00分～ 午前11時00分	6ヶ月～3歳未満の親子	20組(先着順)	3,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
小学生スイミング	5日(月)・12日(月) 26日(月)	午後5時00分～ 午後6時00分	小学生	20人(先着順)	3,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
自力整体A	5日(月)・12日(月) 26日(月)	午後7時15分～ 午後8時30分	16歳以上の方	15人(先着順)	3,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
JSAポール エクササイズ火曜	13日(火)・27日(火)	午前10時00分～ 午前11時30分	16歳以上の方	20人(先着順)	2,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
高齢者向け運動教室	13日(火)・27日(火)	午後0時50分～ 午後1時50分	60歳以上の方	20人(先着順)	2,000円	10月7日～	定員に空きが あれば当日申込 可
フラダンス(初級)	7日(水)・14日(水) 21日(水)・28日(水)	午前10時00分～ 午前11時00分	16歳以上の方	15人(先着順)	5,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
フラダンス(中級)	7日(水)・14日(水) 21日(水)・28日(水)	午前11時10分～ 午後0時10分	16歳以上の方 (初級よりステップアップした方)	15人	5,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
大人のためのバレエ	7日(水)・14日(水) 21日(水)・28日(水)	午後1時00分～ 午後2時00分	16歳以上の方	15人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
JSAポール エクササイズ水曜	7日(水)・21日(水)	午後7時00分～ 午後8時30分	16歳以上の方	20人(先着順)	2,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
水中運動教室	7日(水)・14日(水) 21日(水)・28日(水)	午後2時00分～ 午後3時00分	60歳以上の方	20人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
太極拳(初心)	1日(木)・8日(木) 15日(木)・22日(木)	午前9時40分～ 午前10時40分	16歳以上の方	20人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可

太極拳（経験）	1日（木）・8日（木） 15日（木）・22日（木）	午前10時50分～正午	16歳以上の方	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
太極拳（上級）	1日（木）・8日（木） 15日（木）・22日（木）	午後1時15分～ 午後2時30分	16歳以上の方 （講師から推薦された方のみ）	20人	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
親子スイミング	1日（木）・8日（木） 15日（木）・22日（木）	午前10時00分～ 午前11時00分	6ヶ月～3歳未満の親子	20組（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
幼児スイミング	1日（木）・8日（木） 15日（木）・22日（木）	午後4時00分～ 午後5時00分	4歳～6歳（未就学児）	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
小学生スイミング	1日（木）・8日（木） 15日（木）・22日（木）	午後5時00分～ 午後6時00分	小学生	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
アロマヨガ	1日（木）・8日（木） 15日（木）・22日（木）	午後8時00分～ 午後9時00分	16歳以上の女性の方	15人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
スモールグループ エクササイズ	1日（木）・8日（木） 15日（木）・22日（木）	午後8時00分～ 午後9時00分	16歳以上の女性の方	5人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
ママの引き締めヨガ	9日（金）・16日（金） 23日（金）・30日（金）	午前9時50分～ 午前10時35分	16歳以上の方 （お子様連れ可）	15人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
産後の骨盤調整ヨガ	9日（金）・16日（金） 23日（金）・30日（金）	午前10時50分～ 午前11時40分	産後2ヶ月から1年の女性 （お子様連れ可）	10人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
じっくり調整ヨガ	9日（金）・16日（金） 23日（金）・30日（金）	午前11時50分～ 午後0時55分	16歳以上の方	15人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
はじめてスイミング	9日（金）・16日（金） 23日（金）・30日（金）	午前10時00分～ 午前11時00分	16歳以上の方	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
たのしくスイミング	9日（金）・16日（金） 23日（金）・30日（金）	午前11時00分～ 午後0時00分	4泳法を楽しく泳ぎたい 16歳以上の方	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
女性のためのピラティス	2日（金）・9日（金） 16日（金）・23日（金）	午後1時15分～ 午後2時30分	16歳以上の女性の方	15人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
チアダンスKids	2日（金）・9日（金） 16日（金）	午後4時45分～ 午後5時45分	4歳～小学3年生	20人（先着順）	4,500円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可

チアダンスジュニア	2日(金)・9日(金) 16日(金)	午後5時45分～ 午後6時45分	小学4年生～中学3年生	20人(先着順)	4,500円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
幼児スイミング	2日(金)・9日(金) 16日(金)・23日(金)	午後4時00分～ 午後5時00分	4歳～6歳(未就学児)	20人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
小学生スイミング	2日(金)・9日(金) 16日(金)・23日(金)	午後5時00分～ 午後6時00分	小学生	20人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
チャレンジスイミング	2日(金)・9日(金) 16日(金)・23日(金)	午後6時00分～ 午後7時00分	小学生 (コーチからの推薦者のみ)	10人	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
自力整体B	2日(金)・9日(金) 16日(金)・23日(金)	午後7時15分～ 午後8時30分	16歳以上の方	20人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会 可
ノルディックウォーク	18日(日)	午後1時30分～ 午後3時00分	16歳以上の方	10人(先着順)	500円	4月5日(月)～ 17日(土)	