



事業名称	日(曜日)	時間	対象	定員	参加費・その他	申込	備考
乳幼児わくわく体操	3日(月)・17日(月) 24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
親子スイミング	3日(月)・17日(月) 24日(月)・31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)	4,000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	3日(月)・17日(月) 24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
自力整体A	3日(月)・17日(月) 24日(月)・31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)	8,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
JSAボールエクササイズ	11日(火)・25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
フラダンス(入門)	7月29日(水)・5日(水) 19日(水)・26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)	4,000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月29日(水)・5日(水) 19日(水)・26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(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(初級)	7月29日(水)・5日(水) 19日(水)・26日(水)	午後1時00分～ 午後2時00分	16歳以上の方 (入門よりステップアップした方)	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
水中運動教室	7月29日(水)・5日(水) 19日(水)・26日(水)	午後2時00分～ 午後3時00分	60歳以上の方	30人(先着順)	8,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
JSAボールエクササイズ	5日(水)・19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
太極拳(初心)	7月30日(木)・6日(木) 20日(木)・27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)	7月30日(木)・6日(木) 20日(木)・27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)	7月30日(木)・6日(木) 20日(木)・27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(先着順)	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	7月30日(木)・6日(木) 20日(木)・27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
アロマヨガ	6日(木)・20日(木) 27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)	3,000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	6日(木)・20日(木) 27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)	3,000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	7月31日(金)・7日(金) 21日(金)・28日(金)	午前10時30分～ 午前11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
たのしくスイミング	7月31日(金)・7日(金) 21日(金)・28日(金)	午前11時30分～ 午後0時30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
ママの引き締めヨガ	7月31日(金)・7日(金) 21日(金)・28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	7月31日(金)・7日(金) 21日(金)・28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	7月31日(金)・7日(金) 21日(金)・28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
女性のためのピラティス	7月31日(金)・7日(金) 21日(金)・28日(金)	午後1時15分～ 午後2時30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
チャダンスKids	7日(金)・21日(金) 28日(金)	午後4時45分～ 午後5時45分	4歳～小学3年生	25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
チャダンスジュニア	7日(金)・21日(金) 28日(金)	午後5時45分～ 午後6時45分	小学4年生～中学3年生	25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
自力整体B	7月31日(金)・7日(金) 21日(金)・28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
夏休み短期水泳教室 (幼児)	5日(水)～7日(金)	午後4時00分～ 午後5時00分	4歳～6歳(未就学児)	10人(先着順)	3,000円	7月8日(水)～	
夏休み短期水泳教室 (小学生 2)	24日(月)～28日(金)	午後5時00分～ 午後6時00分	小学生	30人(先着順)	5,000円	7月8日(水)～	