

平成29年度 4月～6月フィットネス講座日程表

教室名	曜日	時間	開 催 日										回数	受講料	講師	
いきいき爽やか運動	月曜日	10:00～11:00	4/3	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	全11回	7,700円	林
ママ・シェイプ		10:00～11:30	4/3	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19		9,350円	山崎
アロマでリラックスリンパケア&ヨガ		13:30～15:00	4/3	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19		9,350円	佐鳥
リフレッシュ体操(月)		14:00～15:00	4/3	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19		6,600円	中嶋
ダイエットピクス(月)		19:45～20:45	4/3	4/10	4/17	4/24	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19		7,700円	嶋村
シニア3B体操	火曜日	13:30～14:30	4/4	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	全11回	6,600円	杉浦
初級エアロピクス(火)		14:00～15:00	4/4	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20		7,700円	古本
エンジョイ!フラ		13:30～14:30	4/4	4/18	5/2	5/16	6/6	6/20	6/27					全7回	4,900円	望月
ダイエットピクス(火)		16:30～17:30	4/4	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	全11回	7,700円	下村
お勤め帰りのヨガ(火)		19:00～20:30	4/4	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20		9,350円	梅原
モーニングエクササイズ	水曜日	10:15～11:15	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	全11回	7,700円	嶋村
リンパケア&ストレッチ		13:30～15:00	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21		10,450円	藤伊
美ボディエクササイズ		14:00～15:00	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21		7,700円	原田
初級ヨガ(水)		15:45～16:45	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21		7,700円	小林
アロマストレッチ体操(水)		19:30～20:30	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21		7,150円	鈴木千
中級エアロピクス(水)		19:45～20:45	4/5	4/12	4/19	4/26	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21		7,700円	古本
美UPダンス	木曜日	10:00～11:30	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	全11回	9,900円	鈴木節
60歳からの健康づくり教室		13:00～13:50	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22		6,600円	小林
		14:00～14:50	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22			
始めるならピラティス(1)		13:30～14:30	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22		7,700円	中嶋
始めるならピラティス(2)		14:45～15:45	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22		7,700円	小林
初級エアロピクス(木)		19:45～20:45	4/6	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22		7,700円	古本
すっきりボディ	金曜日	13:00～13:50	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	全11回	7,700円	林
らくらくエアロ&ストレッチ		15:30～16:30	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23		7,700円	村松
お勤め帰りのヨガ(金)		19:00～20:30	4/7	4/21	5/12	5/19	6/2	6/16						全6回	5,100円	梅原
中級エアロピクス(金)		19:45～20:45	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	全11回	7,700円	林
リフレッシュ体操(土)	土曜日	14:00～15:00	4/8	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	全11回	6,600円	橋本
中級エアロピクス(土)		19:45～20:45	4/8	4/15	4/22	5/6	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24		7,700円	
アロマストレッチ体操(土)		14:00～15:00	4/8	4/22	5/6	5/20	6/3	6/13						全6回	3,900円	鈴木・牧野

※ジョイブ静岡の会員及び登録同居家族の方は、講座受講料が5%割引になります。支払時に会員証を提示して下さい。