

# 重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2026年5月の主催教室予定表

日	月	火	水	木	金	土				
					1	2				
					ランチタイム・ヨガ (大竹先生) 12:00	ヨガ教室(鹿又先生) 15:00				
3	4	5	6	7	8	9				
			フィットネス体操 (津田先生) 9:30	ピラティス (小幡先生) 14:00	ZUMBA (藤田先生) 15:15	ナイトヨガ (ちほ先生) 19:00				
10	11	12	13	14	15	16				
			社交ダンス未経験者教室(三雲先生) 19:00							
17	18	19	20	21	22	23				
モーニング・ヨガ (ちほ先生) 9:30	ZUMBA GOLD (藤田先生) 13:30	セルフケア・ヨガ (小池先生) 15:00	スロートレーニング (小貴先生) 9:30	ピラティス (中原先生) 14:00	リフレッシュ・ヨガ (藤田先生) 9:30	社交ダンス 未経験者教室 (三雲先生) 11:00				
					フィットネス体操 (津田先生) 9:30	骨盤体操 (小幡先生) 14:00	ZUMBA (藤田先生) 15:15	ナイトヨガ (ちほ先生) 19:00	ランチタイム・ヨガ (大竹先生) 12:00	セルフケア・ヨガ (小池先生) 15:00
24	25	26	27	28	29	30				
モーニング・ヨガ (ちほ先生) 9:30	フィットネス体操(津田先生) 13:30	スロートレーニング (小貴先生) 9:30	骨盤体操 (中原先生) 14:00	ZUMBA GOLD (藤田先生) 13:30	社交ダンス 未経験者教室 (三雲先生) 11:00	ピラティス (小幡先生) 14:00	ランタンヨガ (ちほ先生) 19:00			

- ★ 教室は「1時間」となります。定員は「40名」です。(※社交ダンス教室は「20名」)
- ★ 参加費は1回500円(市内在勤・在住)・600円(市外在住)です。
- ★ 予約には事前の会員登録が必要です。
- ★ キャンセルは教室開始時間の2時間前までです。
- ★ 電話での申込み・キャンセルは原則出来ません。
- ★ 教室回数券利用できます。10枚分の金額で11枚綴りです。
- ★ 回数券の購入は体育館受付にてお願い致します。(キャッシュレス決済可)。
- ★ インストラクター都合により変更になる場合がございます。

※ZUMBA GOLDは初心者向けの内容となっており、ZUMBAは中級者向けとなります。



## たけのこ掘り



申込開始日	
5月分	4/6(月)
6月分	5/11(月)
2026/3/17更新	

・ログインID

パソコン  
スマートフォン版  
予約QRコード



パソコン  
スマートフォン版  
予定表QRコード



・パスワード