

重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2026年10月の主催教室予定表



日	月			火		水			木				金		土
									1				2		3
									フィットネス体操 (津田先生)		ピラティス (小幡先生)	ZUMBA (藤田先生)	ナイト・ヨガ (ちほ先生)	大竹ヨガ	ヨガ教室 (鹿又先生)
									9:30		13:15	14:30	19:00	13:15	15:00
4	5			6		7			8				9		10
				スロートレーニング (小貫先生)		ピラティス (中原先生)	リフレッシュ・ヨガ (藤田先生)	社交ダンス 未経験者教室 (三雲先生)	からだリアクション 教室(坂本先生)	 					
				9:30		14:00	9:30	11:00	14:00						
11	12			13		14			15				16		17
				骨盤体操(中原先生)		リフレッシュ・ヨガ (藤田先生)	健康リズム体操 (津田先生)		フィットネス 体操 (津田先生)	骨盤体操 (小幡先生)	ZUMBA (藤田先生)	ナイト・ヨガ (ちほ先生)	社交ダンス 未経験者教室 (三雲先生)	大竹ヨガ	ヨガ教室 (鹿又先生)
				14:00		9:30	13:30	9:30	13:15	14:30	19:00	19:00	13:15	15:00	
18	19			20		21			22				23		24
	モーニング・ヨガ (ちほ先生)	ZUMBA GOLD (藤田先生)	セルフケア・ヨガ (小池先生)	スロートレーニング (小貫先生)	ピラティス (中原先生)	リフレッシュ・ヨガ (藤田先生)	社交ダンス 未経験者教室 (三雲先生)	からだリアクション 教室(坂本先生)					ピラティス (小幡先生)	セルフケア・ヨガ(小池先生)	
	9:30	13:30	15:00	9:30	14:00	9:30	11:00	14:00					13:15	15:00	
25	26			27		28			29				30		31
	モーニング・ヨガ(ちほ先生)	フィットネス体操 (津田先生)		ピラティス(中原先生)		 			フィットネス体操 (津田先生)	ピラティス (小幡先生)		ランタン・ヨガ (ちほ先生)			
	9:30	13:30		14:00					9:30	13:15		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・からだリアクション教室は「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。



申込開始日

10月分

9/7(月)

11月分

10/5(月)

2026/8/18更新

2026/8/26更新※ZUMBA14:30へ変更

2026/9/3 更新※旧ランチタイムヨガを13:15へ変更

・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