

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)	ランチタイム・ ヨガ(大竹先生)	ヨガ教室 (鹿又先生)		
								9:30	13:15	15:15	19:00	12:00	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)	 10/8  足袋の日			 WORLD POST DAY 9 OCTOBER			
				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)	ランチタイム・ ヨガ(大竹先生)	ヨガ教室 (鹿又先生)
				14:00		9:30	13:30		9:30	13:15	15:15	19:00	19:00	12:00	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)	 アニメの日 10月22日		 パラシュートの日 10月23日		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)		 豆腐バーの日			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)		 10月30日は いただきますの日	
	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。



・ログインID

パソコン
スマートフォン版
予約QRコード



・パスワード

パソコン
スマートフォン版
予定表QRコード



申込開始日

10月分 9/7(月)
11月分 10/5(月)
2026/8/18更新