

重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2026年11月の主催教室予定表

11月

日	月			火	水			木				金	土
1	2			3	4			5				6	7
	休館日				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)	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)	整えヨガ(大竹 先生)	ヨガ教室 (鹿又先生)
					9:30	11:00	14:00	9:30	13:15	14:30	19:00	12:00	15:00
8	9			10	11			12				13	14
	モーニング・ヨガ(ちほ 先生)	フィットネス体操 (津田先生)		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)	健康リズム体操(津田先生)	ピラティス (小幡先生)		社交ダンス 未経験者教室 (三雲先生)		セルフケア・ヨガ(小池先生)	
	9:30	13:30		9:30	14:00	9:30	13:30	13:15		19:00		15:00	
15	16			17	18			19				20	21
	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)	骨盤体操(中原先生)	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)	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)	整えヨガ(大竹 先生)	ヨガ教室 (鹿又先生)	
	9:30	13:30	15:00	14:00	11:00	14:00	9:30	13:15	14:30	19:00	13:15	15:00	
22	23			24	25			26				27	28
				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)		ピラティス (小幡先生)		ランタン・ヨガ (ちほ先生)		セルフケア・ヨガ(小池先生)	
				9:30	14:00	9:30		13:15		19:00		15:00	
29	30												
	モーニング・ヨガ(ちほ先生)	セルフケア・ヨガ(小池 先生)											
	9:30	15:00											

									
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

- ★ 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

・パスワード

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



申込開始日	
11月分	10/5(月)
12月分	11/2(月)
2026/9/18更新	