

重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2026年4月の主催教室予定表



日	月	火	水	木	金	土				
			1	2	3	4				
			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	春のヨガ(ちほ先生) 9:30(球技場)	ピラティス (小幡先生) 13:15	ランチタイム・ヨガ (大竹先生) 12:00	ヨガ教室(鹿又先生) 15:00		
5	6	7	8	9	10	11				
	休館日	スロートレーニング教室 (小貫先生) 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	健康リズム体操 (津田先生) 13:30					
12	13	14	15	16	17	18				
	モーニング・ヨガ(ちほ先生) 9:30	ZUMBA(藤田先生) 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) 13:15	社交ダンス 未経験者教室 (三雲先生) 19:00	ランチタイム・ヨガ (大竹先生) 12:00	ヨガ教室(鹿又先生) 15:00
19	20	21	22	23	24	25				
	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教室 (小貫先生) 9:30	骨盤体操(中原先生) 14:00		ピラティス(小幡先生) 13:15	ZUMBA GOLD(藤田先生) 14:30	セルフケア・ヨガ(小池先生) 15:00	
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	ピラティス(中原先生) 14:00		フィットネス体操 (津田先生) 9:30	ピラティス (小幡先生) 13:15	ZUMBA (藤田先生) 14:30			

- ★ 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。



・ログインID	
・パスワード	

申込開始日	
4月分	3月2日(月)
5月分	4月6日(月)
2026/2/18更新	