

## インドア教室 2026年度\_第2期受付状況

	開催時間	教室名	定員数	空き状況
月	9:15~10:15	体リセットヨガ	20	○
	10:30~11:30	エアロ初級	20	×
	14:00~15:00	ズンバ	20	△
	15:15~16:15	体幹トレーニング	20	○
	18:00~19:00	リフレッシュヨガ	20	○
	19:30~20:30	リラックスヨガ	20	△
火	9:15~10:15	はじめてのヨガ	20	△
	10:45~11:45	フラダンス	12	○
	15:00~16:00	リフレッシュヨガ	20	○
	16:30~17:30	チアダンス (年長~小3)	20	×
	17:45~18:45	チアダンス (小3~小6)	20	○
	19:00~20:00	K-POPダンス	20	○
木	10:00~11:00	リラックスピラティス	20	○
	11:15~12:15	アクティブピラティス	20	○
	15:15~16:15	健康体操	20	○
	16:30~17:30	リズム体操	15	○
	18:00~19:00	ズンバ	20	△
	19:30~20:30	パワーヨガ	20	○
金	10:00~10:50	親子運動あそび	10	休講
	11:15~12:15	エンジョイエアロ	20	○
	16:15~17:15	ヒップホップダンス (年中年長)	15	○
	17:30~18:30	ヒップホップダンス (小1~小3)	18	×
	19:00~20:00	リラックスヨガ	20	△
土	9:15~10:15	シェイプアップヨガ	20	○
	10:30~11:30	ダイエットエアロ	20	△
	18:50~19:40	パルクール初級	10	○
	19:50~20:40	パルクール初級	10	○

■申込先

龍北クラブハウス ☎ (0564) 46-3267

※休場日：水曜日（水曜が祝日の場合は翌日以降の平日）

■受付

空きのある教室は随時受付しております