

コースNo.	コース名	開催曜日	大定員	回数	金額	担当講師	時間	場所	1回料金	10月				11月				12月				対象			
2380	わこう・からだ健康塾A	月	20	9	4,680	内田 恭子	9:30～10:30	剣道場	520		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	中高年
2381	シェイプピラティス	月	15	11	17,270	小川 理絵	10:15～11:45	研修会議室	1,570		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	16歳以上
2382	カラダ調整ヨガ	月	15	11	11,440	小川 理絵	12:30～13:30	研修会議室	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	16歳以上
2383	バレトン ※時間変更※	月	20	11	11,440	野尻 茜	10:00～10:45	軽スポーツ室	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	16歳以上
2384	変更予定																								
2385	キッズサッカー	月	20	10	10,400	碓井 雅貴・横山 巧	15:15～16:15	メインアリーナ	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	年少～年長
2386	ジュニアサッカーA	月	25	10	10,400	碓井 雅貴・横山 巧	16:30～17:30	メインアリーナ	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	小学生
2387	ジュニアサッカーB	月	25	10	10,400	碓井 雅貴・横山 巧	17:40～18:40	メインアリーナ	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	小学生
2388	ジュニアサッカー選抜	月	25	10	10,400	碓井 雅貴・横山 巧	18:50～19:50	メインアリーナ	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	小学生
2389	ジュニアバスケットボールA	月	20	11	11,440	富澤 昭憲	16:00～17:00	サブアリーナ	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	小学1年生～3年生
2390	ジュニアバスケットボールB	月	20	11	11,440	富澤 昭憲	17:00～18:00	サブアリーナ	1,040		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	小学4年生～6年生
2391	バレエ	月	16	11	17,270	中村 絢名	18:45～20:15	軽スポーツ室	1,570		5日	12日	19日	26日	2日	9日	16日	23日	30日		7日	14日	21日	28日	小学5年生～大人 ※女性限定
2392	ハワイアンフラ中級	火	20	11	11,440	小林 直子	11:15～12:15	軽スポーツ室	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	16歳以上
2393	ハワイアンフラ初級	火	20	11	11,440	小林 直子	12:30～13:30	軽スポーツ室	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	16歳以上
2394	引き締めボディA	火	30	11	5,720	佐治 晴乃	13:45～14:45	軽スポーツ室	520		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	運動経験の少ない方
2395	ジュニアバレエ	火	16	11	11,440	梶尾 真理子	17:00～18:00	軽スポーツ室	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	小学1年生～5年生
2396	スポーツ遊びプログラム	火	20	9	9,360	SPCOM石渡	15:30～16:30	サブアリーナ	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	4歳～小学2年生
2397	キッズラクロス	火	30	9	9,360	SPCOM石渡	16:45～17:45	サブアリーナ	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	小学生～中学生
2398	bjアカデミーバスケットボールスクール	火	25	11	17,270	bjアカデミーコーチングスタッフ	18:00～19:30	サブアリーナ	1,570		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	小学4年生～6年生
2399	bjアカデミーバスケットボールスクール上	火	25	11	17,270	bjアカデミーコーチングスタッフ	19:30～21:00	サブアリーナ	1,570		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	小学4年生～中学生
2400	ジュニア卓球	火	30	8	8,320	P-CONNECTスタッフ	17:10～18:10	メインアリーナ	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	小学生
2401	やさしいアクロバット教室	火	15	11	11,440	杉村 真吾	18:30～19:30	剣道場	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	小学1年生～中学生
2402	誰でもアクロバット教室	火	15	11	11,440	杉村 真吾	19:40～20:40	剣道場	1,040		6日	13日	20日	27日	3日	10日	17日	24日		1日	8日	15日	22日	20日	小学5年生～大人
2403	すっきりメンテナンスヨガ	水	20	12	12,480	Romi	11:15～12:15	軽スポーツ室	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	16歳以上
2404	大人のバドミントン教室	水	20	8	12,560	大木 陽子・鈴木治子	10:00～11:30	サブアリーナ	1,570		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	16歳以上
2405	ジュニアバドミントンA	水	25	9	9,360	山口 英一	16:00～17:00	メインアリーナ	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	小学1年生～4年生
2406	ジュニアバドミントンB	水	25	9	9,360	山口 英一	17:10～18:10	メインアリーナ	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	小学4年生～6年生
2407	背骨コンディショニングC	水	15	11	11,440	小倉 安代	10:30～11:45	剣道場	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	16歳以上
2408	わこう・からだ健康塾C	水	15	11	5,720	小倉 安代	13:30～14:30	研修会議室	520		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	中高年
2409	ヨガ骨盤ケア	水	20	11	11,440	小川 理絵	12:30～13:30	柔道場	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	16歳以上
2410	ジュニア空手水曜初級	水	30	11	11,440	高鍋 明大	16:55～17:55	剣道場	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	小学生・無級～5級
2411	ジュニア空手水曜中級～上級	水	30	11	11,440	高鍋 明大	18:00～19:00	剣道場	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	小学生～高校生・黒帯まで
2412	キッズ体操	水	20	10	10,400	三井 太一	15:10～16:10	サブアリーナ	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	年少～年長
2413	ジュニア体操	水	20	10	10,400	三井 太一	16:20～17:20	サブアリーナ	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	小学1年生～6年生
2414	キッズバレエ	水	16	11	11,440	金森 みずほ	16:30～17:30	軽スポーツ室	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	年少～年長
2415	ジュニアバレエ	水	16	11	11,440	金森 みずほ	17:45～18:45	軽スポーツ室	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	小学1年生～5年生
2416	リラクソスヨガ	水	20	12	12,480	Romi	19:15～20:15	軽スポーツ室	1,040		7日	14日	21日	28日	4日	11日	18日	25日		2日	9日	16日	23日	30日	16歳以上
2417	みるみるよくなるヨガ	木	30	13	13,520	菅原 隆彦	9:40～10:40	軽スポーツ室	1,040	1日	8日	15日	22日	29日	5日	12日	19日	26日		3日	10日	17日	24日	31日	16歳以上
2418	やさしいシェイプ・ヨガ	木	30	13	13,520	菅原 隆彦	10:50～11:50	軽スポーツ室	1,040	1日	8日	15日	22日	29日	5日	12日	19日	26日		3日	10日	17日	24日	31日	16歳以上
2419	太極拳	木	20	12	12,480	高野 久枝	13:20～14:20	軽スポーツ室	1,040	1日	8日	15日	22日	29日	5日	12日	19日	26日		3日	10日	17日	24日	31日	16歳以上
2420	フィットネスバレエ	木	15	12	18,840	佐々木陽子	18:45～20:15	軽スポーツ室	1,570	1日	8日	15日	22日	29日	5日	12日	19日	26日		3日	10日	17日	24日	31日	中学生以上
2421	ベビトレヨガ	金	10	9	9,360	nanaco	10:40～11:40	研修会議室	1,040	2日	9日	16日		30日	6日	13日	20日		4日	11日	18日				生後2か月～3歳頃のお子さまとママ※兄弟入室不可
2422	わこう・からだ健康塾D	金	15	10	5,200	蝦名 美和	13:00～14:00	研修会議室	520	2日	9日	16日	休	30日	6日	13日	20日	休	4日	11日	18日	休			中高年
2423	引き締めボディB	金	30	10	5,200	佐治 晴乃	11:30～12:30	軽スポーツ室	520	2日	9日	16日		30日	6日	13日	20日		4日	11日	18日				運動経験の少ない方
2424	ジュニアダンスA	金	30	10	10,400	nanaco	16:00～17:00	軽スポーツ室	1,040	2日	9日	16日	館	30日	6日	13日	20日	館	4日	11日	18日	館			年長～
2425	ジュニアダンスB	金	35	10	10,400	nanaco	17:10～18:10	軽スポーツ室	1,040	2日	9日	16日		30日	6日	13日	20日		4日	11日	18日				小学1年生～
2426	ジュニアダンス選抜	金	30	10	10,400	nanaco	18:20～19:20	軽スポーツ室	1,040	2日	9日	16日	日	30日	6日	13日	20日	日	4日	11日	18日	日			小学4年生～
2427	ロックダンス	金	30	10	5,200	ROKU	20:30～21:30	軽スポーツ室	520	2日	9日	16日		30日	6日	13日	20日		4日	11日	18日				中学1年生～
2428	ジュニア空手土曜中級～上級	土	30	11	11,440	神子 靖和	9:15～10:15	柔道場	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		高校生以下
2429	ジュニア空手土曜初級	土	30	11	11,440	神子 靖和	10:15～11:15	柔道場	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		4歳～小学生以下
2430	背骨コンディショニングA	土	15	11	11,440	爲井 佳代	10:00～11:15	剣道場	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		16歳以上
2431	背骨コンディショニングB	土	15	11	11,440	爲井 佳代	11:30～12:45	剣道場	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		16歳以上
2432	ブラジリアン柔術	土	30	10	10,400	藁谷 浩一	11:30～12:30	柔道場	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		小学5年生以上
2433	キッズダンス入門	土	16	12	12,480	倫子	12:15～13:00	軽スポーツ室	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		年少～年長
2434	キッズダンス初級	土	20	12	12,480	倫子	13:15～14:00	軽スポーツ室	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		年少～年長
2435	ハワイアンフラ	土	30	9	9,360	保坂 奈緒美	15:30～16:30	軽スポーツ室	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日	19日	26日		16歳以上
2436	ジュニアダンス初級	土	30	13	13,520	SARA	16:45～17:45	軽スポーツ室	1,040	3日	10日	17日	24日	31日	7日	14日	21日	28日		5日	12日				