

平成29年第2期（10-12月） 近江八幡健康ふれあい公園 フィットネススタジオ教室 実施日詳細

曜日	プログラム	講師	実施日			実施回数	定期料金 (税込)
			10月	11月	12月		
火	姿勢改善ストレッチ	松浦	3・10・17・24	7・14・21・28	5・12・19・26	全12回	¥9,600
	かんたんエアロ	松浦	3・10・17・24	7・14・21・28	5・12・19・26	全12回	¥9,600
	チェア体操	吉田	3・10・17・24	7・14・21・28	5・12・19・26	全12回	¥9,600
	リラクゼーションヨガ	小松	3・10・17・24・31	7・14・21・28	5・12・26	全12回	¥9,600
	親子ヨガ（年少～小学6年生）	竹井	3・10・17・24	7・14・21・28	5・12・19・26	全12回	¥9,600
	キレイ骨盤体操（女性限定）	YUKO	3・10・17・24	7・14・21・28	5・12・19・26	全12回	¥9,600
水	リラクゼーションヨガ	吉村	4・11・18・25	1・8・15・22	6・13・20・27	全12回	¥9,600
	エクササイズ&ヨガ	山田	4・11・18・25	1・8・15・29	6・13・20・27	全12回	¥9,600
	バレトン	吉村	4・11・18・25	1・8・15・22	6・13・20・27	全12回	¥9,600
	初めてのバランスボール体操	上田	4・11・18・25	1・8・15・22	6・13・20・27	全12回	¥9,600
	リフレッシュエアロ～初級～	高橋	4・11・18・25	1・8・15・22	6・13・20・27	全12回	¥9,600
	メンズヨガ（男性限定）	福田	4・11・18・25	1・8・15・22	6・13・20・27	全12回	¥9,600
木	いきいき体操	高橋	5・12・19・26	2・9・16・30	7・14・21・28	全12回	¥9,600
	ベーシックエアロ～基礎・初級～	高橋	5・12・19・26	2・9・16・30	7・14・21・28	全12回	¥9,600
	ヒップアップエクササイズ	柴田	5・12・19・26	2・9・16・30	7・14・21・28	全12回	¥9,600
	キッズチアダンス	竹井	5・12・19・26	2・9・16・23・30	7・14・21	全12回	¥9,600
金	リラクゼーションヨガ	柴田	6・13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	全12回	¥9,600
	綺麗を目指すバレトン	竹中	6・13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	全12回	¥9,600
	ルーシーダットン（タイ式ヨガ）	井上	6・13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	全12回	¥9,600
	リラクゼーションヨガ	吉村	6・13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	全12回	¥9,600
	バランスボールエクササイズ	竹山	6・13・20・27	3・10・17・24	1・8・15・22	全12回	¥9,600
	パワーヨガ	小松	13・20・27	10・17・24	1・8・15・22	全10回	¥8,000
土	健康ヨガ	竹井	7・14・21・28	4・11・18・25	2・9・16	全11回	¥8,800
	骨盤ヨガ	木村	7・21・28	4・11・18・25	2・9・16・23	全11回	¥8,800
日	いきいき体操	高橋	1・8・22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	全12回	¥9,600
	初級ダンス	吉田	1・15・22・29	5・12・19	3・10・17・24	全11回	¥8,800
	なごみのヨガ	吉田	1・15・22・29	5・12・19	3・10・17・24	全11回	¥8,800
	コア・エクササイズ	吉田	1・15・22・29	5・12・19	3・10・17・24	全11回	¥8,800