

エコハウス 9月～12月 スタジオ教室 受付 ご案内

138 2期

定期教室…9月から12月までの営業日（祝日を除く）に開催予定!

皆様の体力・健康増進の支援をスタッフ一同、精一杯応援いたします♪お気軽にご参加下さい☆

エコハウス138 指定管理者

エコハウス138の情報はインターネットからもご覧いただけます。→<http://www.eco-yuyu.com/index.html>

No	教室名	曜日	時間(h)	受講料	定員(人)	回数(回)	対象	申込日	申込時間
1	リセット・ヨーガ I	月	10:30～12:00	6,100	30	10	一般	9/4	10:15～10:30
2	大人のバレエ	月	11:00～12:15	5,600	30	10	一般	9/4	11:00～11:15
3	はじめてのフラダンス I	月	13:00～14:00	5,100	30	10	一般	9/4	13:00～13:15
4	やさしいピラティス I	月	13:00～14:15	5,600	30	10	一般	9/4	13:15～13:30
5	はじめてのフラダンス II	月	14:15～15:15	5,100	30	10	一般	9/4	13:45～14:00
6	ビューティー・ヨーガ I	月	14:30～15:45	5,600	30	10	一般	9/4	14:30～14:45
7	アーティストダンス II	月	16:30～17:20	5,100	25	10	小学3～6年生	9/4	16:30～16:45
8	ジャズヒップホップ	月	17:30～18:20	5,100	25	10	小学6～中学3年生	9/4	17:30～17:45
9	Enjoy!エアロ	月	19:30～20:30	5,100	30	10	一般	9/4	19:00～19:15
10	ピラティス	月	19:30～20:45	5,600	30	10	一般	9/4	19:45～20:00
11	楽しい運動教室	火	10:05～11:05	5,100	30	10	一般	9/12	10:05～10:20
12	ママのシェイプエクササイズ	火	10:05～11:05	5,100	25組	10	親子(0歳～2歳)	9/12	10:45～11:00
13	ズンバ	火	11:15～12:15	5,100	30	10	一般	9/12	11:30～11:45
14	親子でバランスボール	火	13:00～13:50	5,100	15組	10	親子(0歳～未就学児)	9/12	13:45～14:00
15	リフレッシュ・ヨーガ	火	13:00～14:15	5,600	30	10	一般	9/12	13:00～13:15
16	バランスボール	火	14:00～15:00	5,100	15	10	一般	9/12	14:00～14:15
17	キッズヒップホップ I	火	16:30～17:30	5,100	25	10	年中～小学2年生	9/12	16:30～16:45
18	キッズヒップホップ II	火	17:45～18:45	5,100	25	10	小学生	9/12	17:30～17:45
19	ベーシック・ヨーガ	火	19:15～20:45	6,100	30	10	一般	9/12	19:00～19:15
20	ルーシーダットン(タイ式ヨガ)	火	19:30～20:30	5,100	30	10	一般	9/12	19:45～20:00
21	親子リトミック I	水	10:10～11:00	3,060	25組	6	親子(1歳～2歳)	9/13	10:05～10:20
22	リセット・ヨーガ II	水	10:30～12:00	3,660	30	6	一般	9/13	10:45～11:00
23	親子リトミック II	水	11:10～12:00	3,060	25組	6	親子(2歳～3歳)	9/13	11:30～11:45
24	はじめてのヨーガ	水	13:00～14:30	3,660	30	6	一般	9/13	13:00～13:15
25	ベビーヨガリズム I	木	10:10～11:10	5,100	20組	10	首すわり期～よちよち歩き	8/31	10:15～10:30
26	やさしいヨーガ	木	10:30～12:00	6,100	30	10	一般	8/31	11:00～11:15
27	ベビーマッサージ&サイン	木	11:15～12:15	5,100	20組	10	1カ月～よちよち歩き	8/31	11:45～12:00
28	骨盤リセットヨガ	木	13:00～14:00	5,100	30	10	一般	8/31	13:00～13:15
29	ビューティー・ヨーガ II	木	14:30～15:45	5,600	30	10	一般	8/31	14:30～14:45
30	こどもリズムミックイングリッシュ I	木	16:10～17:00	5,100	15	10	年中	8/31	16:30～16:45
31	こどもリズムミックイングリッシュ II	木	17:10～18:00	5,100	15	10	年長	8/31	17:30～17:45
32	ヨーガ・フィットネス I	木	19:15～20:45	6,100	30	10	一般	8/31	18:45～19:00
33	かんたんシェイプエクササイズ	木	19:30～20:30	5,100	30	10	一般	8/31	19:30～19:45
34	やさしいピラティス II	金	10:15～11:30	5,600	30	10	一般	9/1	10:15～10:30
35	ヨーガ・フィットネス II	金	11:00～12:30	6,100	30	10	一般	9/1	11:30～11:45
36	ママの美ボディシェイプエクササイズ	金	13:00～14:15	5,600	25組	10	親子(0歳～2歳)	9/1	12:45～13:00
37	ベビーヨガリズム II	金	13:10～14:10	5,100	20組	10	首すわり期～よちよち歩き	9/1	13:30～13:45
38	ママの骨盤エクササイズ&親子ヨガリズム	金	14:15～15:15	5,100	20組	10	親+よちよち歩き～3歳(未就園児)	9/1	14:30～14:45
39	アイドルダンス I	金	16:00～16:50	5,100	25	10	年中・年長	9/1	16:00～16:15
40	アーティストダンス I	金	17:00～17:50	5,100	25	10	年長～小学3年生	9/1	17:00～17:15
41	アイドルダンス II	金	18:00～18:50	5,100	25	10	小学生	9/1	18:00～18:15
42	はじめてのフラダンス III	金	19:30～20:30	5,100	30	10	一般	9/1	19:30～19:45
43	リラックス・ヨーガ	土	10:30～11:45	5,600	30	10	一般	9/2	11:00～11:15

※一般とは18歳以上の方です。(高校生は除く) ※電話でのお申込はできません。

☆当日参加型教室・・・開催日当日に参加できる1回500円の教室です。申込時間内に先着順で受付いたします。

No	教室名	曜日	時間(h)	受講料	定員(人)	対象	開催日程	申込時間
1	シャンティ・ヨーガ	水	19:30～20:45	500	30	一般	9/27・10/4.25・ 11/8.22.29・12/13	19:00～19:30

申込日にご来館ください。
*電話申込不可

申込時間から15分間受付いたします。

定員を超えた場合は、抽選いたします。

参加申込用紙に必要事項を記入していただきます。

受講料をお支払いいただきまして完了となります。