



★ウェルネスセンター★



イベント開催一覧

◆問合せ先◆ 433-1124



事業名称	日(曜日)	時間	対象	定員	参加費・その他	申込開始日・締切日	備考
乳幼児わくわく体操	4日(月)・11日(月) 18日(月)	午前10時00分～ 午前11時00分	歩き始めた1歳から3歳 までのお子様と保護者の方	15組(先着順)	3,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
ベビーマッサージ	4日(月)・11日(月) 18日(月)	午前11時15分～ 午後0時15分	生後2ヶ月～1歳6か月 までのお子様と保護者の方	15組(先着順)	3,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
親子スイミング	4日(月)・11日(月) 18日(月)・25日(月)	午前10時00分～ 午前11時00分	6ヶ月～3歳未満の親子	20組(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
自力整体A	4日(月)・11日(月) 18日(月)・25日(月)	午後7時15分～ 午後8時30分	16歳以上の方	15人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
JSAポール エクササイズ火曜	12日(火)・26日(火)	午前10時00分～ 午前11時30分	16歳以上の方	20人(先着順)	2,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
ピルピスワーク	12日(火)・26日(火)	午前11時20分～ 午後0時20分	16歳以上の方	15人(先着順)	2,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
高齢者向け運動教室	12日(火)・26日(火)	午後0時50分～ 午後1時50分	60歳以上の方	20人(先着順)	1,000円	随時受付	定員に空きが あれば当日申込可
フラダンス(初級)	6日(水)・13日(水) 27日(水)	午前10時00分～ 午前11時00分	16歳以上の方	15人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
フラダンス(中級)	6日(水)・13日(水) 27日(水)	午前11時10分～ 午後0時10分	16歳以上の方 (初級よりステップアップした方)	15人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
大人のためのバレエ	6日(水)・13日(水) 20日(水)・27日(水)	午後1時00分～ 午後2時00分	16歳以上の方	15人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
水中運動教室	6日(水)・13日(水) 20日(水)・27日(水)	午後2時00分～ 午後3時00分	60歳以上の方	20人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
JSAポール エクササイズ水曜	6日(水)・13日(水)	午後6時30分～ 午後8時00分	16歳以上の方	20人(先着順)	2,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可
太極拳(初心)	7日(木)・14日(木) 21日(木)・28日(木)	午前9時40分～ 午前10時40分	16歳以上の方	20人(先着順)	4,000円	随時受付	定員に空きが あれば途中入会可

太極拳（経験）	7日（木）・14日（木） 21日（木）・28日（木）	午前10時50分～正午	16歳以上の方	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
親子スイミング	7日（木）・14日（木） 21日（木）・28日（木）	午前10時00分～ 午前11時00分	6ヶ月～3歳未満の親子	20組（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
はじめてスイミング	1日（金）・8日（金） 15日（金）・22日（金）	午前10時00分～ 午前11時00分	16歳以上の方	20人（先着順）	4,000円	只今定員に達しています	キャンセル待ち受付中
たのしくスイミング	1日（金）・8日（金） 15日（金）・22日（金）	午前11時00分～ 午後0時00分	4泳法を楽しく泳ぎたい 16歳以上の方	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
ママの引き締めヨガ	1日（金）・8日（金） 15日（金）・22日（金）	午前9時50分～ 午前10時35分	16歳以上の女性 （お子様連れ可）	15人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
産後の骨盤調整ヨガ	1日（金）・8日（金） 15日（金）・22日（金）	午前10時50分～ 午前11時40分	産後2ヶ月から1年の女性 （お子様連れ可）	10人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
じっくり調整ヨガ	1日（金）・8日（金） 15日（金）・22日（金）	午前11時50分～ 午後0時55分	16歳以上の方	15人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
女性のためのピラティス	1日（金）・8日（金） 15日（金）・22日（金）	午後1時15分～ 午後2時30分	16歳以上の女性	15人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
チアダンスKids	1日（金）・8日（金） 22日（金）	午後4時45分～ 午後5時45分	4歳～小学3年生	25人（先着順）	4,500円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
チアダンスジュニア	1日（金）・8日（金） 22日（金）	午後5時45分～ 午後6時45分	小学4年生～中学3年生	25人（先着順）	4,500円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
自力整体B	8日（金）・15日（金） 22日（金）・29日（金）	午後7時15分～ 午後8時30分	16歳以上の方	20人（先着順）	4,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
障がい児水泳教室	1月6日（土）～ 3月9日（土）【全10回】	午後1時00分～ 午後2時00分	3歳～17歳の知的障がいのある方と保護者	15組（先着順）	10,000円	随時受付	定員に空きがあれば途中入会可
ノルディックウォーキング	23日（土）	午前9時45分～ 午後0時00分	16歳以上の方	10人（先着順）	500円	3月6日（水）～	
ニュースポーツ体験 モルック	23日（土）	午後1時30分～ 午後3時00分	小学生以上	20人（先着順）	無料	3月6日（水）～	
中村真衣さん水泳教室①	24日（日）	午前10時00分～ 午前11時00分	小学生 （20M以上完泳できる方）	20人（先着順）	400円	3月8日（金）～	

中村真衣さん水泳教室②	24日(日)	午後1時00分～ 午後2時00分	中学生以上 (20M以上完泳できる方)	20人(先着順)	中学生400円 16歳以上700円	3月8日(金)～	
春休み短期水泳教室①	25日(月)～29日(金)	午後4時00分～ 午後5時00分	4歳～5歳	20人	5,000円	3月6日(水)～ 12日(火)	詳細はHP等 ご覧ください
春休み短期水泳教室②	25日(月)～29日(金)	午後5時00分～ 午後6時00分	新小学1年生～新6年生	20人	5,000円	3月6日(水)～ 12日(火)	詳細はHP等 ご覧ください

