

スポーツ教室 お試し体験

曜日	教室名	第1回	第2回	第3回	第4回～	体験料
月	卓球(初級)	×	×	×	×	—
	卓球(中級)	×	×	×	×	—
	月曜日のバレーボール	×	×	×	×	—
	チアダンス①	○	○	○	○	600円
	チアダンス②	○	○	○	○	600円
火	バレーボール	×	×	×	×	—
	ZUMBA GOLD	○	○	○	○	800円
	やさしいヨガ	○	○	○	○	800円
	パワーヨガ	○	○	○	○	800円
	ヨガ	○	○	○	○	800円
	サッカー&フットサル(幼児)	○	○	○	○	800円
	サッカー&フットサル(ジュニア①)	○	○	○	○	800円
	サッカー&フットサル(ジュニア②)	○	○	○	○	800円
	サッカー&フットサル	○	○	○	○	900円
	アイドルダンス	○	○	○	×	800円
レベルアップダンス	○	○	○	○	900円	
水	バドミントン(実践)	○	○	○	○	900円
	バドミントン(基礎)	○	○	○	○	900円
	親子元気体操	○	○	○	○	800円
	ママのリカバリービクス	○	○	○	○	800円
	みんなのフラ	○	○	○	○	800円
	42式太極剣	○	○	○	○	800円
	チアダンス③	○	○	○	○	600円
木	大人のテニス	×	×	×	×	—
	ピラティス①・②・③	○	○	○	×	800円
	いきいき体操①・②	○	○	○	○	800円
	幼児体操	○	○	○	○	800円
	小学生体操	○	○	○	○	800円
	スポンジテニス	○	○	○	○	900円
	ジュニアテニス①	○	○	○	○	900円
	ジュニアテニス②	○	○	○	○	900円
金	けんこう貯筋体操	○	○	○	○	800円
	格闘エクササイズ	○	△	△	△	800円
	こどもダンス①	○	○	○	○	800円
	こどもダンス②	○	○	○	○	800円
土	ペルビックエクササイズ	○	○	○	○	800円

＜参加条件＞

(2025年4月改定)

- 各教室1度限り参加できます(ママのリカバリービクス教室は何度でも可能)
- 定員に達していない教室を対象とします
- 当日、参加者多数の場合は先着順となります
- △は回数を負うごとに難易度や負荷が増すので、スタッフの説明後に承知してご参加いただきます
- バドミントン(実践)参加者は指導員の許可があればバドミントン(基礎)に何度でも参加できます
- ピラティス4回目以降の参加は経験者のみ可能です
- 券売機にて「教室お試し体験」の該当チケットをお買い求めいただき、スタッフにお渡しください