

3期スポーツ教室追加募集

<p>フローヨガ 柔軟性を高めて、心身のバランスを整えます！</p> <p>期間 11月10日～12月22日 曜日 毎週火曜日 時間 19:30～20:45 回数 7回 料金 5,740円(税込)</p>	<p>リラクゼーションヨガ①② 心と体のバランスを整えて健康美人になりましょう♪</p> <p>期間 11月4日～12月16日 曜日 毎週水曜日 時間 ①10:25～11:20 ②11:25～12:20 回数 6回 料金 4,020円(税込)</p>
<p>リンパ&ルーシー 肩こり・腰痛・体の不調な部分を改善していきます！</p> <p>期間 11月4日～12月16日 曜日 毎週水曜日 時間 9:15～10:15 回数 6回 料金 4,020円(税込)</p>	<p>らくらく健康体操教室 体力、筋力をつけたい方！2つのお悩みが一度で解決！</p> <p>期間 11月2日～12月14日 曜日 毎週月曜日(祝日、休館日除く) 時間 9:00～11:00 回数 5回 料金 2,500円(税込)</p> <p>残りわずか！</p>
<p>ジュナサイズ・フロア</p> <p>期間 11月5日～12月17日 曜日 毎週木曜日 時間 ジュナサイズ:11:00～11:55 ジュナフロア:12:00～12:55 回数 6回 料金 5,520円(税込)</p>	<p>ピラティス①② 身体のバランス感覚を整えて、体のラインを美しく！</p> <p>期間 11月6日～12月18日 曜日 毎週金曜日 時間 ①13:05～13:55 ②14:05～14:55 回数 5回 料金 3,600円(税込)</p>
<p>親子リトミック① 親子のスキンシップ、お友達作りの場に最適です♪</p> <p>期間 11月6日～12月18日 曜日 毎週金曜日 時間 ①9:10～9:55 回数 6回 料金 3,060円(税込)</p> <p>残りわずか！</p>	<p>ルーシーダットン 血行促進で冷え性やメタボの方、ダイエットに期待できます。</p> <p>期間 11月5日～12月17日 曜日 毎週木曜日 時間 19:30～20:50 回数 6回 料金 5,220円(税込)</p>
	

10月20日(火)から受付開始になります！

受講料をご持参の上、南体育館受付窓口までお越し下さい☆
(受付は21:00迄です)

詳しくは南体育館窓口までお問い合わせ下さい。

お問い合わせ先南体育館:092-552-0301