

途中からでも始められます。コース型教室追加募集。好評受付中 7月~9月

ヨガ・調整系	スポーツ系・文化系	健康づくり	ダンス	親子・子ども教室
インナーシェイプヨガ ●日程→火曜 18:00~18:50 ●参加料→6,500円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ③	朝のバドミントン ●日程→火曜 9:00~10:45 ●参加料→10,500円 ●定員→66名 ●対象→16歳以上 ●会場→第1体育室 ⑪	わくわく健康体操 ●日程→月曜 11:15~12:30 ●参加料→4,800円 ●定員→60名 ●対象→55歳以上 ●会場→第1体育室 ⑫	フラダンス ●日程→木曜 15:15~16:30 ●参加料→7,150円 ●定員→40名 ●対象→16歳以上 ●会場→第2体育室 ⑫	親子体操 ●日程→水曜 10:30~11:30 ●参加料→5,500円 ●定員→45名 ●対象→H30.4.2~R2.4.1生 ●会場→第2体育室 ⑫
ココロとカラダのヨガ ●日程→水曜 12:00~12:50 ●参加料→6,050円 ●定員→60名 ●対象→16歳以上 ●会場→第3体育室 ④	夜のバドミントン ●日程→木曜 19:00~20:45 ●参加料→10,500円 ●定員→66名 ●対象→16歳以上 ●会場→第1体育室 ⑫	頭すっきり体操 ●日程→水曜 9:15~10:15 ●参加料→4,500円 ●定員→60名 ●対象→60歳以上 ●会場→第2体育室 ⑫	フラメンコ ●日程→木曜 10:00~10:50 ●参加料→8,250円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑫	ジュニアヒップホップ ●日程→水曜 16:00~16:50 ●参加料→6,050円 ●定員→40名 ●対象→小1~3年生 ●会場→第3体育室 ⑫
骨盤矯正&ヨガストレッチ ●日程→金曜 15:00~15:50 ●参加料→4,950円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑤	卓球① ●日程→火曜 11:00~12:45 ●参加料→8,500円 ●定員→42名 ●対象→16歳以上 ●会場→第1体育室 ①	意気揚々 ●日程→水曜 13:00~14:00 ●参加料→4,500円 ●定員→87名 ●対象→65歳以上 ●会場→第2体育室 ⑫	初めての社交ダンス ●日程→土曜 9:15~10:45 ●参加料→7,700円 ●定員→14名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑫	ヒップホップダンス ●日程→水曜 17:00~17:50 ●参加料→8,250円 ●定員→17名 ●対象→小4~6年生 ●会場→研修室 ⑫
バレトン ●日程→木曜 11:00~11:50 ●参加料→8,250円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑥	卓球② ●日程→火曜 13:00~14:45 ●参加料→8,500円 ●定員→84名 ●対象→16歳以上 ●会場→第1体育室 ②	楽しく運動しよう ●日程→水曜 15:00~15:50 ●参加料→4,950円 ●定員→40名 ●対象→50歳以上 ●会場→第3体育室 ⑫	木曜ベリーダンス ●日程→木曜 12:00~12:50 ●参加料→8,250円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑫	ジュニアバレエ ●日程→火曜 17:00~17:50 ●参加料→7,500円 ●定員→17名 ●対象→年長~小4年 ●会場→研修室 ⑫
気功 ●日程→木曜 9:15~10:45 ●参加料→6,600円 ●定員→80名 ●対象→16歳以上 ●会場→第2体育室 ⑦	金曜卓球 ●日程→金曜 13:00~14:45 ●参加料→8,500円 ●定員→84名 ●対象→16歳以上 ●会場→第1体育室 ⑬	はつらつ ●日程→金曜 11:15~12:15 ●参加料→4,500円 ●定員→87名 ●対象→60歳以上 ●会場→第2体育室 ⑫	金曜ベリーダンス ●日程→金曜 18:00~18:50 ●参加料→7,500円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑫	幼児体操(年中) ●日程→水曜 14:30~15:30 ●参加料→4,950円 ●定員→各40名 ●対象→年中 ●会場→第2体育室 ⑫
太極拳 ●日程→金曜 9:00~10:15 ●参加料→6,000円 ●定員→86名 ●対象→16歳以上 ●会場→第2体育室 ⑧	達筆への道 ●日程→月曜 11:15~12:45 ●参加料→3,800円 ●定員→60名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑫	基礎体力づくり ●日程→金曜 12:30~13:30 ●参加料→4,500円 ●定員→60名 ●対象→40歳以上 ●会場→第2体育室 ⑫	木曜ベリーダンス ●日程→木曜 12:00~12:50 ●参加料→8,250円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑫	幼児体操(年長) ●日程→水曜 15:45~16:45 ●参加料→4,950円 ●定員→各40名 ●対象→年長 ●会場→第2体育室 ⑫
調整骨盤ピラティス ●日程→火曜 10:00~10:50 ●参加料→5,400円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑨	絵手紙 ●日程→火曜 11:10~12:45 ●参加料→3,750円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑮	エンジョイ ●日程→金曜 13:45~14:45 ●参加料→4,500円 ●定員→80名 ●対象→50歳以上 ●会場→第2体育室 ⑫	入門! 体育塾 ●日程→土曜 9:15~10:30 ●参加料→6,000円 ●定員→17名 ●対象→小1~3年生 ●会場→第2体育室 ⑫	木曜ピラティス ●日程→木曜 18:00~18:50 ●参加料→5,600円 ●定員→17名 ●対象→16歳以上 ●会場→研修室 ⑩
		やさしい筋力バランスUP ●日程→金曜 10:25~11:05 ●参加料→3,800円 ●定員→60名 ●対象→50歳以上 ●会場→第2体育室 ⑫		

好評受付中!!
 ※お電話または直接窓口にて受付いたします。
お申込み・お問い合わせ先
横浜市南スポーツセンター
045-743-6341

残りわずか!
(残り10名以下)

申し訳ございません。
定員となりました。

