

## 1月 日野市立南平体育館 教室予定表

	名称	時間		場所	定員	参加費	対象	予定日				
月	いきいき健康体操	9 : 30 ~ 10 : 30	60 分	多目的ルーム2	15 名	500 円	概ね60歳以上	1月	15	22	29	
	エアロビクス	10 : 45 ~ 11 : 45	60 分	多目的ルーム2	15 名	800 円	-	1月	15	22	29	
火	ヨガ	9 : 30 ~ 10 : 30	60 分	多目的ルーム2	15 名	800 円	-	1月	9	16	23	30
	ピラティス	10 : 45 ~ 11 : 45	60 分	多目的ルーム2	15 名	800 円	-	1月	9	16	23	30
	ちょこっと英会話	10 : 00 ~ 10 : 45	45 分	ラウンジ	10 名	500 円	-	1月	9	16	23	
水	いきいき健康体操	13 : 30 ~ 14 : 30	60 分	多目的ルーム2	15 名	500 円	概ね60歳以上	1月	10	17	24	31
	幼児スポーツ	15 : 30 ~ 16 : 15	45 分	アリーナA面	20 名	200 円	未就学児（3歳から）	1月	10	17	24	31
	小学生スポーツ	16 : 30 ~ 17 : 30	60 分	アリーナA面	20 名	200 円	小学生1～3年生	1月	10	17	24	31
木	ママヨガ	9 : 30 ~ 10 : 30	60 分	多目的ルーム2	15 組	800 円	産後2か月以降の母親	1月	11	18	25	
	ママピラティス	11 : 00 ~ 12 : 00	60 分	多目的ルーム2	15 組	800 円	産後2か月以降の母親	1月	11	18	25	
	筆ペン	13 : 30 ~ 14 : 30	60 分	ラウンジ	10 名	500 円	-	1月	11	18	25	
	幼児新体操	16 : 00 ~ 16 : 45	45 分	多目的ルーム2	12 名	200 円	未就学児（3歳から）	1月	11	18	25	
金	いきいき健康体操	10 : 00 ~ 11 : 00	60 分	多目的ルーム2	15 名	500 円	概ね60歳以上	1月	12	19	26	
	ズンバゴールド	13 : 30 ~ 14 : 30	60 分	多目的ルーム2	20 名	800 円	-	1月	12	19	26	