

行ってみよう! やってみよう!

ところ コトリナー蒲郡 申し込み コトリナー蒲郡へ。申し込み順。 ※バーデゾーン利用料金(500円)別途必要。

問合せ先	講座名	定員	とき	参加費など		
コトリナー蒲郡 ☎57・0123	水中教室	アクアフィットネス	12	3月5、19日(土) 14時～15時	無料*	
		ワンポイント(1人10分程度)	9	毎週(水) 14時～16時	無料*	
		ダンシングエアロ(65歳未満)	12	4月7・14・21日(木) 19時～20時	1回700円 1カ月2,000円 3カ月5,000円	
		よくばり水中教室	12	4月7・14・21日(木) 10時30分～11時30分		
	ヨガ	初級ヨガ教室	15	4月5・12・19日(火) 10時30分～11時30分		
		夜ヨガ教室	15	4月7・14・21日(木) 19時～20時		
		腰痛軽減ヨガ教室	15	4月6・13・20日(水) 10時30分～11時30分		
	フィットネスフラ	15	4月6・13・20日(水) 13時15分～14時15分			
	キッズダンス チーム・ジ・ハピ	リトル(4歳から)	15	4月8・15・22日(金)		16時30分～17時30分
		小学生	15			17時45分～18時45分
		オープン教室	-	4月1日(金) 16時30分～18時45分		参加500円 見学無料
	簡単な生け花	10	4月12日(火) 13時30分～14時30分	1回1,400円		
	インテリア書道(かな、漢字)	10	3月17日(木) 14時～16時	1回1,000円		
	「作ってみよう」オープンで焼く陶芸教室	6	4月15日(金) 13時30分～15時30分	1回1,000円		
	ソープカービング教室	6	4月5日、5月10日、6月7日(火) 10時30分～正午	3回2,500円		

* 水中教室・スポーツ教室には、スポーツ傷害保険料が含まれます。

ところ 市民体育センター 申し込み 参加費を添えて市民体育センターへ。申し込み順。

問合せ先	講座名	定員	とき	参加費など		
市民体育センター ☎69・3241	クラシックバレエ	幼児科 年少～年長	4月11・18・25日(月)	17時～17時45分	3回3,000円 (1回参加の場合1,200円)	
		児童科 小学生		18時～18時45分		
		初心者 大人		19時～19時45分		
		経験者 大人		20時～20時45分		
	親子でリトミック (わらべうたあそび)	1歳2カ月～入園前	4月12・26日(火)	9時45分～10時30分	2回1,000円	
		3～13カ月児		10時45分～11時30分		
	笑いヨガ(笑って健康増進)			4月14日(木) 10時15分～11時45分 4月28日(木) 15時～16時30分	1回500円	
	ヨガ	初級①	4月11・18・25日(月)	9時40分～10時40分	3回1,500円	
		初級②		11時55分～12時55分		
		中級		13時30分～14時30分		
		ママヨガ①(子ども同伴可)		11時～正午		
		ママヨガ②(子ども同伴可)		4月13・20・27日(水)	9時30分～10時30分	3回1,800円
		産後ヨガ(1～8カ月児の母)		4月13・20・27日(水)	10時45分～11時45分	
		椅子でらくらくヨガ		4月14・28日(木)	14時45分～15時30分	
		体験 夜ヨガ ～リラックス～		3月22日(火)	20時10分～21時	
	夜ヨガ～リラックス～	4月12・19・26日(火)		3回1,800円		
	ヒップホップダンス	初心者クラス	4月13・27日(水)	18時30分～19時30分	1回600円	
		初級中級クラス		19時30分～20時20分	2回1,200円	
	太極拳入門			4月5・12・19・26日(火)	4回2,000円	
	ピラティス (からだの歪みの改善)	初級	4月5・12・19・26日(火)	15時～16時	4回2,000円	
		中級		13時45分～14時45分		
	骨盤・体幹スタイルアップストレッチ			4月6・13・20・27日(水)	4回2,800円	
	体験 フラメンコサークル 大人クラス			3月2日(水) 18時30分～19時15分	1回800円	
ルーシーダットン (自己全体の体操)	前半	4月8・15・22日(金)	9時30分～10時30分	3回1,500円		
	後半		10時45分～11時45分			
優雅に楽しくハワイアンフラ			4月9・16・23日、 5月14・21・28日、 6月4・11・18・25日(土)	20時～21時 10回8,000円		
メイクアップ教室(春の美肌メイク術!)			4月16日(土) 14時～16時	1回1,000円		