

行ってみよう! やってみよう!

ところ ユトリーナ蒲郡 申し込み ユトリーナ蒲郡へ。 ※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
ユトリーナ蒲郡 ☎57◆0123	水中教室 アクアフィットネス	12	4月1・15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※
	ほっとでボディケア教室	12	5月11・18・25日(木)	10時30分~11時30分	1回700円 1カ月2,000円 3カ月5,000円
	ホットDEダンス教室(65才未満)	12	5月11・18・25日(木)	19時~20時	
	ヨガ 身体のバランスヨガ教室	18	5月10・17・24日(水)	10時30分~11時30分	
	夜ヨガ教室	18	5月11・18・25日(木)	19時~20時	
	ちょっとおそヨガ教室	18	5月12・19・26日(金)	19時30分~20時30分	
	バランスボール運動教室	15	5月9・16・23日(火)	10時30分~11時30分	2,000円(材料別)
	キッズダンス リトル(4歳~)	20	5月12・19・26日(金)	16時30分~17時30分	
	チーム・ジ・ハビ 小学生(2年生~)	18		17時45分~18時45分	
	自分で作るシルバージュエリー教室	8	4月4日(火)	15時15分~16時15分	2,000円(材料別)
	簡単な生け花	10	4月11日(火)	13時30分~14時30分	1,400円(材料込)
	インテリア書道(かな、漢字)	10	4月20日(木)	14時~16時	1,000円
	和布で季節の飾り物教室	8	4月15日(土)	13時15分~15時15分	1,000円(材料別)
	せっけんで作る香りのインテリア	6	4月4日(火)	13時15分~15時15分	1,000円(材料別)
楽しんで脳トレ	9	4月13日(木)	13時15分~14時15分	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。

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	5月8・15・22・29日(月)	17時~17時45分	4回4,000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6カ月~入園前	5月9・23日(火)	9時45分~10時30分	2回1,000円
		3カ月~1歳5カ月		10時45分~11時30分	
		1歳6カ月~入園前	5月16・30日(火)	9時45分~10時30分	
	笑いヨガ(笑って健康増進!)		5月11日(木)	10時15分~11時45分	1回500円
			5月25日(木)	15時~16時30分	
	ヨガ	初級月曜	5月8・15・22・29日(月)	9時30分~10時30分	4回2,000円
				11時50分~12時50分	
		初級水曜	5月10・17・24・31日(水)	11時55分~12時55分	3回1,500円
		中級	5月11・18・25日(木)	13時30分~14時30分	
		ママヨガ①(子ども同伴可)	5月8・15・22・29日(月)	10時40分~11時40分	
		ママヨガ②(子ども同伴可)	5月10・17・24・31日(水)	9時30分~10時30分	4回2,000円
		産後ヨガ(1~8カ月児の母)		10時45分~11時45分	
	夜ヨガ~ソフトヨガ~ アクティブヨガ体験コース	5月9・16・23・30日(火)	20時10分~21時	4回2,400円 (1回参加の場合800円)	
			19時10分~20時		
	ヒップホップダンス	初心者クラス	5月10・17・24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	3回1,800円
	太極拳 入門	新規入門クラス	5月2・9・16・23・30日(火)	9時30分~10時30分	5回2,500円
		初級クラス		10時40分~11時40分	
	ピラティス (からだの歪みの改善)	初級	5月9・16・23・30日(火)	15時~16時	4回2,000円
中級		13時45分~14時45分			
実用着付け教室		4月12・26/5月10・24/6月14・28日(水)	13時30分~15時30分	6回5,100円	
骨盤・体幹スタイルアップストレッチ		5月10・17・24・31日(水)	19時30分~20時30分	4回2,800円	
ルーシーダットン (自己全体の体操)	前半	5月12・19・26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		
メイクアップ教室		5月20日(土)	14時~16時	1回1,200円	
硬式テニス体験教室	小学1~3年生	4月9・16・23・30日(日)	9時~10時10分	無料	
	小学4~6年生		10時20分~11時30分		
	18歳以上~初心者		19時30分~21時		

ところ 市民体育センター 申し込み 電話で公園グラウンド(☎57◆2711)休館日は担当安藤(☎080◆9734◆6639)へ。

問合せ先	講座名	定員	とき		参加費など
総合型スポーツクラブ ☎57◆2711	大道芸	10	5月26日・6月9日・7月14日(金)	19時~20時50分	3回6,000円