

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。

問合先	講座名	定員	とき		参加費など	
ユトリーナ蒲郡 ☎570123	水中教室	アクアフィットネス	12	6月2・16日㊦	14時～15時	無料※
		ワンポイント(1人10分程度)	9	毎週㊦	14時～16時	無料※
	ヨガ	ほっとでボディーケア教室	12	7月5・12・19日㊦	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歳未満)			19時～20時	
	美スタイルヨガ教室	18	7月3・10・24日㊦	19時30分～20時30分		
	身体のバランスヨガ教室			10時30分～11時30分		
	夜ヨガ教室			19時～20時		
	ちよっとおそヨガ教室			19時30分～20時30分		
	バランスボール運動教室	15	7月3・10・24日㊦	10時30分～11時30分		
	キッズダンス チーム・ジ・ハピ	リトル(4歳～)	20	7月6・13・20日㊦	16時30分～17時20分	
		ジュニア(小学2年生～)	20		17時30分～18時20分	
		ブラッシュアップ(経験者)	15		18時30分～19時20分	
	子連れOKヨガ教室	10	7月12・26日㊦	10時30分～11時30分	1回700円	
	ベビーとママのヨガ教室(3カ月～1歳程度)	10	7月6・20日㊦	10時30分～11時30分		
	自分で作るシルバージュエリー教室	8	6月5日㊦	15時15分～16時15分	2,000円(材料別)	
	簡単な生け花	10	6月12日㊦	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	6月21日㊦	14時～16時	1,000円	
	和布で季節の飾り物教室	8	6月16日㊦	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	6月5日㊦	13時15分～15時15分	1,000円(材料別)	
	楽しんで脳トレ教室	9	6月14・28日㊦	13時15分～14時15分	1回500円	
フラワーアレンジメント教室	10	6月28日㊦	13時30分～15時30分	1,000円(材料別)		

★ 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。

問合先	講座名	とき		参加費など	
市民体育センター ☎693241	クラシックバレエ	年少～年長	7月2・9・23・30日㊦	17時～17時45分	4回4,000円 (1回参加の場合1,200円)
		小学生		18時～18時45分	
		初心者 中学生以上		19時～19時45分	
		経験者 中学生以上		20時～20時45分	
	ストレッチ&エアロビクス		7月2・9・23・30日㊦	13時45分～14時45分	4回2,000円
	親子でリトミック (わらべうたあそび)	1歳6カ月～入園前	7月3・17日㊦	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		7月10・24日㊦	
	ヨガ	初級	7月2・9・23・30日㊦	9時30分～10時30分	4回2,000円
				11時50分～12時50分	
		中級	7月4・11・18・25日㊦	11時55分～12時55分	
		ママヨガ (子ども同伴可)	7月5・12・19・26日㊦	13時30分～14時30分	
		産後ヨガ(1～8カ月児の母)	7月2・9・23・30日㊦	10時40分～11時40分	
		7月4・11・18・25日㊦	9時30分～10時30分		
	夜ヨガ	7月4・11・18・25日㊦	10時45分～11時45分	4回2,400円	
	7月3・10・17・24日㊦	19時30分～20時20分	4回2,400円 (1回参加の場合800円)		
	ヒップホップダンス		7月11・18・25日㊦	18時30分～19時30分	1回600円
	太極拳	入門	7月3・10・17・24・31日㊦	9時30分～10時30分	5回2,500円
		初級		10時40分～11時40分	
	ピラティス (からだの歪みの改善)	初級	7月3・10・17・24日㊦	15時～16時	4回2,000円
中級		13時45分～14時45分			
ゆかた着付け教室		7月7・21日㊦	10時～11時30分	1回600円	
骨盤・体幹スタイルアップストレッチ		7月4・11・18・25日㊦	19時30分～20時30分	4回3,200円	
笑いヨガ		7月12日㊦	10時15分～11時45分	500円	
		7月26日㊦	15時～16時30分		
ルーシーダットン (自己整体の体操)	前半	7月6・13・20・27日㊦	9時30分～10時30分	4回2,000円	
	後半		10時45分～11時45分		
硬式テニス無料体験教室	小学1～3年生	7月8日㊦	9時00分～10時10分	無料	
	小学4～6年生		10時20分～11時30分		
	初心者18～64歳		19時30分～21時		