

行ってみよう！ やってみよう！

ところ ユトリナー蒲郡 申し込み ユトリナー蒲郡へ。 ※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		
ユトリナー蒲郡 ☎570123	水中教室	アクアフィットネス	12 2月2・16日㊦	14時～15時	無料※	
		ホットDEダンス教室(65歳未満)	12 3月7・14・28日㊦	19時～20時	1カ月2,000円 3カ月5,000円	
	ヨガ	美スタイルヨガ教室	18	3月5・12・19日㊦		19時30分～20時30分
		身体のバランスヨガ教室		3月6・13・20日㊦		10時30分～11時30分
		夜ヨガ教室		3月7・14・28日㊦		19時～20時
		ちょっとおそヨガ教室		3月1・8・15日㊦		19時30分～20時30分
		バランスボール運動教室	15 3月5・12・19日㊦	10時30分～11時30分		
		汗かきエアロビクス教室	15 3月2・9・16日㊦	19時～20時		
	キッズダンス チーム・ジ・ハピ	リトル(4歳～)	20	3月1・8・15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 (2カ月～就学前)	10	3月1・15日㊦	10時30分～11時30分	1回700円
		シルバージュエリー教室	8	2月5日㊦	15時15分～16時15分	2,000円(材料別)
		簡単な生け花	10	2月19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	2月21日㊦	14時～16時	1,000円
		和布で季節の飾り物教室	8	2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	2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	2月14・28日㊦	13時15分～14時15分	1回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 参加費を持って直接、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 ☎693241	クラシックバレエ	年少～年長	3月4・11・18・25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		
		中学生以上 初心者		19時～19時45分		
		中学生以上 経験者		20時～20時45分		
		ストレッチ&エアロビクス	3月4・11・18・25日㊦	13時45分～14時45分	4回2,000円	
	親子でリトミック	1歳6カ月～入園前	3月5・19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		3月12・26日㊦		9時45分～10時30分
	ヨガ	初級	3月4・11・18・25日㊦	9時30分～10時30分	4回2,000円	
				11時50分～12時50分		
		中級		3月6・13・27日㊦	11時55分～12時55分	3回1,500円
				3月7・14・21・28日㊦	13時30分～14時30分	4回2,000円
		ママヨガ(子ども同伴可)		3月4・11・18・25日㊦	10時40分～11時40分	4回2,000円
		産後ヨガ(1～8カ月児の母)		3月6・13・27日㊦	9時30分～10時30分	3回1,500円
	夜ヨガ	3月6・13・27日㊦	10時45分～11時45分	3回1,800円		
		夜ヨガ	3月5・12・19・26日㊦	19時30分～20時30分	4回2,400円 (1回参加の場合800円)	
		ヒップホップダンス	初心者(小学生)	3月6・13・27日㊦	18時30分～19時30分	1回600円
	太極拳	入門	3月5・12・19・26日㊦	9時30分～10時30分	4回2,000円	
		初級		10時40分～11時40分		
	ピラティス	初級	3月5・12・19・26日㊦	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	3月6・13日㊦	13時30分～15時30分	2回1,700円	
		骨盤・体幹スタイルアップストレッチ	3月6・13・20・27日㊦	19時30分～20時30分	4回3,200円	
	笑いヨガ		3月14日㊦	10時15分～11時45分	500円	
3月28日㊦			15時～16時30分			
ルーシーダットン (自己全体の体操)		3月1・8・15・22日㊦	9時30分～10時30分	4回2,000円		
			10時45分～11時45分			
硬式テニス体験教室	小学1～3年生	3月10日㊦	9時～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			