

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 ☎57・0123 | 水中教室 | アクアフィットネス | 12 | 3月2・16日㊥ | 14時～15時 | 無料※ | |
| | | ホットDEダンス教室(65歳未満) | | 4月4・11・18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 | 4月9・16・23日㊤ | 19時30分～20時30分 | | |
| | | 身体のバランスヨガ教室 | | 4月3・10・17日㊤ | 10時30分～11時30分 | | |
| | | 夜ヨガ教室 | | 4月4・11・18日㊤ | 19時～20時 | | |
| | | ちょっとおそヨガ教室 | | 4月5・12・19日㊤ | 19時30分～20時30分 | | |
| | キッズダンス チーム・ジ・ハピ | リトル(4歳～) | 20 | 4月5・12・19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 | | |
| | | 汗かきエアロビクス教室 | 15 | 4月6・13・20日㊥ | 19時～20時 | | |
| | | 子連れOKヨガ教室 (2カ月～就学前) | 10 | 4月5・19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 | 3月5日㊤ | 15時15分～16時15分 | 2,000円(材料別) | |
| | | 簡単な生け花 | 10 | 3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 | 3月21日㊤ | 14時～16時 | 1,000円 | |
| | | 和布で季節の飾り物教室 | 8 | 3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 | 3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 | 3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 申込書を持って市民体育センターへ。

| 問合せ先 | 講座名 | | | とき | 参加費(初回徴収) | |
|-----------------------|--------------|------------------|------------------|---------------------------|-----------------------------|------------|
| 市民体育センター ☎69・3241 | クラシックバレエ | 年少～年長 | 4月1・8・15・22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 |
| | | | | 経験者 | | 20時～20時45分 |
| | ストレッチ&エアロビクス | 高校生以上 | 4月1・8・15・22日㊤ | 13時45分～14時45分 | | |
| | ヨガ | 初級 | 4月1・8・15・22日㊤ | 9時30分～10時30分 | 4回2,000円 | |
| | | | | 11時50分～12時50分 | | |
| | | 中級 | 4月3・10・17・24日㊤ | 11時55分～12時55分 | | |
| | | ママヨガ (子ども同伴可) | 4月4・11・18・25日㊤ | 13時30分～14時30分 | | |
| | | 産後ヨガ(1～8カ月児の母) | 4月1・8・15・22日㊤ | 10時40分～11時40分 | | |
| | | | 4月3・10・17・24日㊤ | 9時30分～10時30分 | | |
| | 夜ヨガ | 4月2・9・16・23日㊤ | 10時45分～11時45分 | 4回2,400円 (1回参加の場合800円) | | |
| | ヒップホップダンス | 小学生 | 4月10・17・24日㊤ | 18時30分～19時30分 | 1回600円 | |
| | 太極拳 | 入門 | 4月2・9・16・23・30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 | 初級 | 4月2・9・16・23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 | | 4月10・24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 | | 4月3・10・17・24日㊤ | 19時30分～20時30分 | 4回3,200円 | | |
| 笑いヨガ | | 4月11日㊤ | 10時15分～11時45分 | 500円 | | |
| | | 4月25日㊤ | 15時～16時30分 | | | |
| ルーシーダットン (自己全体の体操) | | 4月5・12・19日㊤ | 9時30分～10時30分 | 3回1,500円 | | |
| | | | 10時45分～11時45分 | | | |
| 硬式テニス体験教室 | 小学1～3年生 | 4月14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 | | | |