

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 9月5日(土)からユトリーナ蒲郡へ。申し込み順。 ※バーデゾーン利用料金(500円)別途必要。

問合せ	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 9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	12 10月1・8・15日(木) 19時～20時	3回2,000円
		エクササイズ	12 10月7・14・21日(水) 19時～20時	3回2,000円
		夏の誰でも水中教室①	12 9月2・9・16・30日(水) 10時30分～11時30分	無料*
		夏の誰でも水中教室②	12 9月4・11・18・25日(金) 10時30分～11時30分	無料*
	ヨガ	初級①	20 10月6・20・27日(火) 10時30分～11時30分	3回2,000円
		初級②	20 10月1・8・15日(木) 19時～20時	
		中級①	20 10月7・14・21日(水) 10時30分～11時30分	
	フィットネスフラ	15 10月7・14・21日(水) 13時15分～14時15分	3回2,000円	
	キッズダンス	リトル(4歳から)	15 10月2・9・16日(金) 16時30分～17時30分	3回2,000円
	チームジッピー	小学生	15 17時45分～18時45分	
	簡単な生け花	10 10月6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 9月17日(木) 14時～16時	1回1,000円	
作ってみよう! 豊橋筆(細筆)	6 9月11日(金) 13時30分～15時30分	1回850円		
ローズウィンドウ教室	10 9月15日(火) 13時15分～15時15分	1回2,000円		

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	講座名	定員	とき	参加費など	
市民体育センター ☎69・3241	体験教室	シニアヨガ(椅子に座って)	10月1・15日(木) 14時45分～15時30分	各1回500円	
		ハロウィンアイシングクッキーづくり (対象:小学3～6年生)	10月24日(土) 10時30分～正午	1回1,000円	
	クラシックバレエ	幼児科 年少～年長	10月5・19・26日(月)	17時～17時45分	3回3,000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	10月6・20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			10月8日(木) 10時15分～11時45分	1回500円
				10月29日(木) 15時～16時30分	
	ヨガ	初級①	10月5・19・26日(月)	9時40分～10時40分	3回1,500円
		初級②		10月7・14・21・28日(水) 11時55分～12時55分	4回2,000円
		中級		10月1・8・15・22・29日(木) 13時30分～14時30分	5回2,500円
		ママヨガ①		10月5・19・26日(月) 11時～正午	3回1,500円
		ママヨガ②		10月7・14・21・28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月7・14・21・28日(水) 10時45分～11時45分	4回2,400円
	ヒップホップダンス	小学1～3年生	10月14・21・28日(水)	18時30分～19時30分	1回600円
小学4年～中学1年生		19時30分～20時20分		3回1,800円	
太極拳入門		10月6・13・20・27日(火)	10時15分～11時15分	4回2,000円	
ピラティス (からだの歪みの改善)	初級	10月6・13・20・27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		10月7・14・21・28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)	①	10月2・9・16・23日(金)	9時30分～10時30分	4回2,000円	
	②		10時45分～11時45分		
メイクアップ		10月31日(土)	14時～16時	1回1,000円	

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

問合せ	講座名	定員	とき	参加費など
公園グラウンド ☎57・2711	ヨガ教室(ヨガマット貸出有)	20 10月5日～12月21日(月) 13時～14時	うち10回5,500円	
		20 10月1日～12月17日(木) 18時30分～19時30分		全12回6,500円
	フラダンス教室	10 10月5日～12月21日(月) 14時15分～15時15分	うち9回9,500円	
		10 10月8日～12月17日(木) 19時45分～20時45分	うち6回6,500円	
	エアロビクス&ストレッチ教室	20 10月5日～12月21日(月) 13時45分～14時45分	うち10回5,000円	
	ジャグリング 大道芸をやってみよう	10 10月23日、11月20日、12月18日(金) 19時～21時	全3回6,000円	
	初心者ウクレレ(貸出有)	10 10月13日～12月22日(火) 13時30分～15時	うち6回6,000円	
初心者アコースティックギター(貸出有)	10 10月13日～12月22日(火) 10時～11時30分	うち6回6,000円		