

# 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 10月4日(日)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 10月3・17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(65歳未満)	12 11月5・19・26日(木) 19時～20時	3回2,000円
		水中運動教室(65歳未満)	12 11月4・18・25日(水) 10時30分～11時30分	3回2,000円
	ヨガ	体験初級	20 11月3日(祝)・17日(火) 10時30分～11時30分	1回600円
		初級夜	20 11月4・18・25日(水) 19時～20時	3回2,000円
		中級	20 11月5・19・26日(木) 10時30分～11時30分	
	フィットネスフラ	15 11月4・18・25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 11月6・20・27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 11月3日(祝) 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 10月19日(木) 14時～16時	1回1,000円	
	かんたん陶芸教室(小皿)	6 10月23日(金) 13時15分～15時15分	1回1,000円	
指で書くチョークアート	6 10月22日(木) 10時30分～正午	1回1,500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	11月2・9・16・30日(月)	17時～17時45分	4回4,000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	11月10・17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 (笑いの健康呼吸)		11月12日(木) 10時15分～11時45分	1回500円	
			11月26日(木) 15時～16時30分		
	ヨガ	初級①	11月2・9・16・30日(月)	9時40分～10時40分	4回2,000円
		初級②		11月4・11・18・25日(水) 11時55分～12時55分	
		中級		11月5・12・19・26日(木) 13時30分～14時30分	
		ママヨガ①		11月2・9・16・30日(月) 11時～正午	
		ママヨガ②		11月4・11・18・25日(水) 9時30分～10時30分	
		産後ヨガ(1～8カ月児の母)		11月4・11・18・25日(水) 10時45分～11時45分	
	シニアヨガ(椅子ヨガ) 体験	11月5・19日(木) 14時45分～15時30分	1回500円		
	ヒップホップダンス	小学1～3年生	11月11・18・25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		11月3日(祝)・10・17・24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	11月10・17・24日(火)	15時～16時	3回1,500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		11月4・11・18・25日(水) 19時30分～20時30分	4回2,800円		
実用着付け		11月11・25日(水) 13時30分～15時	2回1,700円		
ルーシーダットン (自己全体の体操)	前半	11月6・13・20・27日(金)	9時30分～10時30分	4回2,000円	
	後半		10時45分～11時45分		
メイクアップ		11月14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。

問合せ先	講座名	定員	とき	参加費など
公園グラウンド ☎57・2711	けんこう体操	10	10月3日、11月14日(土) 15時～17時	1回500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	全6回6,000円
	洋裁(ソーイング) 希望の服を作りましょう!	8	10月27日～12月8日(火) 13時30分～15時30分	全6回6,000円
	初心者コカリナ(木製の楽器・貸出有)	8	10月20日～12月15日(火) 15時～17時	全4回4,000円