

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 ☎57・0123	水中教室	アクアフィットネス	12	1月7・21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*
		よくばり水中教室	12	2月2・9・16日(木) 10時30分～11時30分	1回700円 1カ月2,000円 3カ月5,000円
		ダンシングエアロ(65歳未満)	12	2月2・9・16日(木) 19時～20時	
	ヨガ	夜ヨガ教室	18	2月2・9・16日(木) 19時～20時	
		ちょっとおそヨガ教室	18	2月3・10・17日(金) 19時30分～20時30分	
		肩こり軽減ヨガ教室	18	2月1・15・22日(水) 10時30分～11時30分	
	スリムスタイル運動教室	15	2月1・15・22日(水) 13時15分～14時15分	500円	
	キッズダンス	リトル(4歳～)	20		
		チーム・ジ・ハピ 小学生(2年生～)	15	17時45分～18時45分	
	キッズオープン教室	20	1月6日(金) 16時30分～18時45分	500円	
	簡単な生け花	10	1月17日(火) 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	1月19日(木) 14時～16時	1,000円	
	美しい水引小物を作ろう教室	8	1月21日(土) 13時15分～15時15分	500円(材料別)	
	せっけんで作る香りのインテリア	6	1月17日(火) 10時30分～12時30分	1,000円(材料別)	
脳トレ写経	9	1月12日(木) 13時～14時	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 参加費を添えて市民体育センターへ。

問合先	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	2月6・13・20・27日(月)	17時～17時45分	4回4,000円 (1回参加の場合1,200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6カ月～入園前	2月7・21日(火)	9時45分～10時30分	2回1,000円
		3カ月～1歳5カ月児		10時45分～11時30分	
	親子でリトミック	1歳6カ月～入園前	2月14・28日(火)	9時45分～10時30分	
	笑いヨガ(笑って健康増進!)		2月9日(木) 2月23日(木)	10時15分～11時45分	1回500円
				15時～16時30分	
	ヨガ	初級①	2月6・13・20・27日(月)	9時40分～10時40分	4回2,000円
		初級②	2月1・8・15・22日(水)	11時55分～12時55分	4回2,000円
		中級	2月2・9・23日(木)	13時30分～14時30分	3回1,500円
		ママヨガ①(子ども同伴可)	2月6・13・20・27日(月)	11時～正午	4回2,000円
		ママヨガ②(子ども同伴可)	2月1・8・15・22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)	2月1・8・15・22日(水)	10時45分～11時45分	4回2,400円
		夜ヨガ～ソフトヨガ～	2月7・14・21・28日(火)	20時10分～21時	4回2,400円 (1回参加の場合800円)
		アクティブヨガ体験コース		19時10分～20時	1回800円
	ヒップホップダンス	初心者クラス	2月8・15・22日(水)	18時30分～19時30分	1回600円
		初級・中級クラス		19時30分～20時20分	3回1,800円
	太極拳入門		2月7・14・21・28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	2月7・14・21・28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		2月1・8・15・22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)	前半	2月3・10・17・24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		
はじめてのフラメンコ	4歳～小学生	2月2日(木)	17時15分～18時	1回800円	
	大人クラス		19時30分～20時15分	1回800円	
実用着付け		2月8・22日(水)	13時30分～15時30分	2回1,700円	