

# 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 5月6・20日㊥	14時～15時	無料※	
		ワンポイント(1人10分程度)	9 毎週㊤	14時～16時	無料※	
		ほっとでボディーケア教室	12 6月1・8・15日㊤	10時30分～11時30分	1回700円 1カ月2,000円 3カ月5,000円	
		ホットDEダンス教室(65歳未満)	12	19時～20時		
	ヨガ	身体のバランスヨガ教室	18 6月7・14・21日㊤	10時30分～11時30分		
		夜ヨガ教室	18 6月1・8・15日㊤	19時～20時		
		ちょっとおそヨガ教室	18 6月2・9・16日㊤	19時30分～20時30分		
	バランスボール運動教室		15 6月6・13・20日㊤	10時30分～11時30分		
	キッズダンス チーム・ジ・ハピ	リトル(4歳～)	20 6月2・9・16日㊤	16時30分～17時30分		
		小学生(2年生～)	18	17時45分～18時45分		
	体験キッズダンスリトル(年中～小1)		20 5月7日㊤	13時30分～14時15分		500円
	親子でダンス教室(1歳6カ月～年少)		12	14時30分～15時15分		親子で500円
	自分で作るシルバージュエリー教室		8 5月9日㊤	15時15分～16時15分		2,000円(材料別)
	簡単な生け花		10	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 5月18日㊤	14時～16時		1,000円
	和布で季節の飾り物教室		8 5月20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 5月9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 5月11日㊤	13時15分～14時15分		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。

問合せ先	講座名	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	6月5・12・19・26日㊤	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	6月6・20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	6月13・27日㊤	9時45分～10時30分	
	笑いヨガ (笑って健康増進!)		6月8日㊤	10時15分～11時45分	1回500円
			6月22日㊤	15時～16時30分	
	ヨガ	初級月曜	6月5・12・19・26日㊤	9時30分～10時30分	4回2,000円
				11時50分～12時50分	
		初級水曜	6月7・14・21・28日㊤	11時55分～12時55分	5回2,500円
		中級	6月1・8・15・22・29日㊤	13時30分～14時30分	
		ママヨガ①(子ども同伴可)	6月5・12・19・26日㊤	10時40分～11時40分	4回2,000円
		ママヨガ②(子ども同伴可)	6月7・14・21・28日㊤	9時30分～10時30分	4回2,400円
		産後ヨガ(1～8カ月児の母)		10時45分～11時45分	
		夜ヨガ～ソフトヨガ～	6月6・13・20・27日㊤	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		
	ヒップホップダンス	初心者クラス	6月14・21・28日㊤	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	入門クラス	6月6・13・20・27日㊤	9時30分～10時30分	4回2,000円	
	初級クラス		10時40分～11時40分		
ピラティス (からだの歪みの改善)	初級	6月6・13・20・27日㊤	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		6月7・14・21・28日㊤	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	6月2・9・16・23日㊤	9時30分～10時30分	4回2,000円	
	後半		10時45分～11時45分		