

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。

問合先	講座名	定員	とき	参加費など			
ユトリナー蒲郡 ☎570123	水中教室	アクアフィットネス	12月1・15日Ⓟ	14時～15時	無料※		
		ほっとでボディケア教室	1月10・17・24日Ⓟ	10時30分～11時30分			
		ホットDEダンス教室(65歳未満)		19時～20時			
	ヨガ	美スタイルヨガ教室	18	1月8・22・29日Ⓟ	19時30分～20時30分	1ヵ月2,000円 3ヵ月5,000円	
		身体のバランスヨガ教室		1月9・23・30日Ⓟ	10時30分～11時30分		
		夜ヨガ教室		1月10・17・24日Ⓟ	19時～20時		
		ちょっとおそヨガ教室		1月11・18・25日Ⓟ	19時30分～20時30分		
	バランスボール運動教室	15	1月8・22・29日Ⓟ	10時30分～11時30分	10時30分～11時30分		
	汗かきエアロビクス教室	15	1月12・19・26日Ⓟ	19時～20時			
	キッズダンス チーム・ジ・ハピ	リトル(4歳～)	20	1月11・18・25日Ⓟ	16時30分～17時20分		1回700円
		ジュニア(小学2年生～)			17時30分～18時20分		
		ブラッシュアップ(経験者)			18時30分～19時20分		
	子連れOKヨガ教室	(1歳～就学前)	10	1月10・24日Ⓟ	10時30分～11時30分	1回700円	
		(2ヵ月～1才)	10	1月18日Ⓟ	10時30分～11時30分		
	シルバージュエリー教室	8	12月4日Ⓟ	15時15分～16時15分	2,000円(材料別)		
	簡単な生け花	10	12月11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	12月20日Ⓟ	14時～16時	1,000円		
	和布で季節の飾り物教室	8	12月15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	12月4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	12月13・27日Ⓟ	13時15分～14時15分	1回500円			
フラワーアレンジメント教室	10	12月19日Ⓟ	14時～16時	1,000円(材料別)			

★ 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 参加費を持って直接、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 ☎693241	クラシックバレエ	年少～年長	1月7・21・28日Ⓟ	17時～17時45分	3回3,000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			
		中学生以上 経験者		20時～20時45分			
	ストレッチ&エアロビクス		1月7・21・28日Ⓟ	13時45分～14時45分	3回1,500円		
	親子でリトミック	1歳6ヵ月～入園前	10	1月8・22日Ⓟ	9時45分～10時30分	2回1,000円	
		3ヵ月～1歳5ヵ月			10時45分～11時30分		
		1歳6ヵ月～入園前			1月15・29日Ⓟ		9時45分～10時30分
	ヨガ	初級	10	1月7・21・28日Ⓟ	9時30分～10時30分	3回1,500円	
					11時50分～12時50分		
		中級			1月9・16・23・30日Ⓟ	11時55分～12時55分	4回2,000円
					1月10・17・24・31日Ⓟ	13時30分～14時30分	4回2,000円
					1月7・21・28日Ⓟ	10時40分～11時40分	3回1,500円
					1月9・16・23・30日Ⓟ	9時30分～10時30分	4回2,000円
					1月9・16・23・30日Ⓟ	10時45分～11時45分	4回2,400円
	夜ヨガ	1月8・15・22・29日Ⓟ	19時30分～20時30分	4回2,400円 (1回参加の場合800円)			
	ヒップホップダンス	初心者(小学生)	10	1月9・16・23日Ⓟ	18時30分～19時30分	1回600円	
	太極拳	入門	10	1月8・15・22・29日Ⓟ	9時30分～10時30分	4回2,000円	
		初級			10時40分～11時40分		
	ピラティス	初級	10	1月8・15・22・29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		10	1月9・23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		10	1月9・16・23・30日Ⓟ	19時30分～20時30分	4回3,200円		
笑いヨガ		10	1月10日Ⓟ	10時15分～11時45分	500円		
				1月24日Ⓟ		15時～16時30分	
ルーシーダットン (自己全体の体操)		10	1月11・18・25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	10	1月13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			