

追加募集のお知らせ

以下の教室は、定員に満たないため、追加募集を行います。

◆追加募集について

受 付 令和2年9月29日(火) 午前10時から
 申込方法 電話または直接来場にて受付(先着順)
 申 込 先 横浜銀行アイスアリーナ TEL 045-411-8008
 参 加 料 550円×残りの開催回数
 ※ 残り9回からの参加では、550円×9回=4,950円



キャプテンわん
 (C)ゆず華・(公財)横浜市体育協会

教室名	曜日	開催時間	追加募集人数
コンディショニングストレッチ	月	9:00~9:50	数 名
姿勢改善のための 全身バランス運動		10:00~10:50	数 名
骨盤リセット体操		11:00~11:50	数 名
シニア機能改善プログラム	火	9:00~9:50	数 名
フラダンス(※)		10:00~11:15	締め切り
美姿勢&ストレッチ(開催時間変更)		13:20~14:10	12名
骨盤ストレッチ①	水	9:00~9:50	数 名
骨盤ストレッチ②		10:00~10:50	数 名
女性のためのヨガ(※)		11:00~11:50	数 名
やさしい体幹エクササイズ①	木	9:00~9:50	数 名
やさしい体幹エクササイズ②		10:00~10:50	締め切り
やさしいヨガ		11:00~11:50	数 名
yoga	金	10:00~10:50	数 名
ピラティス		11:00~11:50	数 名
QOL向上心身リセット プログラム	土	9:00~9:50	数 名
コアエクササイズ&ストレッチ		10:00~10:50	数 名
リフレッシュヨガ		11:00~11:50	数 名