

# 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3年12月27日(月) から  
 申込方法 電話及び直接受付にて受付(先着順)※受付初日は10時から  
 申込先 横浜銀行アイスアリーナ TEL 045-411-8008  
 参加料 6,000円(教室開催前の申込は全額徴収)  
 教室開催中の途中参加は、600円×残りの開催回数  
 ※残り6回からの参加では、600円×6回=3,600円



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	若干名
美姿勢&ストレッチ		13:20～14:10	数名
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	数名
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