

西東京市スポーツセンター 月会費制カルチャースクール カレンダー

11月分

							10月分支払い開始日：10月20日（土）～					
曜日	番号	スクール名	定員	担当	場所	時間	11月開催日					会費
火	500	フラダンス	40名	いけだ	第2体育室	10：45～11：45			13	20	27	¥ 2,100
水	501	子連れヨガ	25組	今田	第2体育室	9：30～10：30	7	14	21	28	¥ 2,800	
	502	ビューティーヨガ	40名	平山	第2体育室	10：45～11：45	7	14	21	28	¥ 2,800	
木	508	運動あそび①	25組	スタッフ	第2体育室	9：30～10：30	1	8	15	22	29	¥ 3,500
	509	運動あそび②	25名	スタッフ	第2体育室	10：45～11：45	1	8	15	22	29	¥ 3,500
金	503	シルバーヨガ	25名	平山	会議室	15：00～16：00	2	9	16		30	¥ 2,800
	504	ヨガ	25名	平山	会議室	16：15～17：15	2	9	16		30	¥ 2,800
土	505	モーニングヨガ①	25名	今田	会議室	9：30～10：30		10	17	24	¥ 2,100	
	506	ZUMBA 	40名	岡田	第2体育室	12：30～13：30	3	10	17	24	¥ 2,800	
	507	パンチ・キック・シェイプ 	40名	岡田	第2体育室	13：45～14：45	3	10	17	24	¥ 2,800	

西東京市武道場 月会費制カルチャースクール カレンダー

11月分

曜日	番号	スクール名	定員	担当	場所	時間	11月開催日					会費
水	529	ヨガ式健康体操①	50名	岩崎	武道場 (柔道場)	9：15～10：25	7	14	21	28	¥ 2,800	
	530	ヨガ式健康体操②	50名	岩崎	武道場 (柔道場)	10：40～11：50	7	14	21	28	¥ 2,800	

11月より、運動あそびの開催日、開催時刻が変更になります。
運動あそび①水曜日 12:30～13:30⇒木曜日 9:30～10:30
運動あそび②水曜日 13:45～14:45⇒木曜日 10:45～11:45

レッスン時の持ち物
 ・会員カード ・タオル ・飲み物
 ・動きやすい服装
 くつのマークがあるレッスンは
 室内シューズをお持ちください。



今後スケジュールが変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

西東京市スポーツセンター 指定管理者 東京ドームグループ