

# 令和7年度 第1期 フィットネス教室 参加者2次募集のご案内

| 曜日 | 教室名                                      | 時 間                  | 日 程                                      | 定員  | 参加費    | 募集人数 |
|----|------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------|-----|--------|------|
| 火  | 顔ヨガ（顔ストレッチ）<br>（※手鏡が必要となります）             | 10:30～11:30<br>（60分） | 4月 15日・22日                               | 30人 | 3,000円 | 6人   |
|    | ステップ&ストレッチ<br>（※シューズが必要となります。） 1F        | 13:30～14:30<br>（60分） | 5月 13日・20日・27日                           | 23人 | 3,000円 | 10人  |
|    | エアロビ&バランスボールストレッチ<br>（※シューズが必要となります。） 1F | 14:45～15:45<br>（60分） | 6月 3日・10日                                | 23人 | 3,000円 | 5人   |
| 水  | ビューティーポーズ<br>（旧名：Bポーズ）                   | 10:30～12:00<br>（90分） | 4月 16日・23日<br>5月 7日・14日・21日・28日<br>6月 4日 | 30人 | 4,000円 | 1人   |
| 木  | ズンバ&ボルドブラ<br>（※シューズが必要となります）             | 10:30～12:00<br>（90分） | 4月 17日・24日<br>5月 8日・15日・22日・29日<br>6月 5日 | 30人 | 4,000円 | 2人   |
| 金  | プラーナヨガ2                                  | 13:20～14:20<br>（60分） | 4月 18日・25日<br>5月 9日・16日・23日・30日<br>6月 6日 | 30人 | 3,000円 | 1人   |
|    | バランスボール②脂肪燃焼クラス 1F                       | 14:30～15:30<br>（60分） |                                          | 23人 | 3,000円 | 10人  |

※  : 90分コース



受付日 4月1日（火）9時～



会場：総合健康センター  
対象：18歳以上（高校生除く）  
申し込み先：太田市健診センター  
申込方法：TEL、FAX、LINE、メール

★FAX、LINE、メールの場合  
①名前、②フリガナ、③電話番号、④教室名  
をご記入の上、お申し込みください。



※先着順で定員になり次第締め切ります！  
※申し込む場合、初日で9時より前に送ったものは無効となりますのでご注意ください！

【お問い合わせ先】太田市健診センター

TEL/FAX：0276-48-8891 Mail：ota.kenshinsenta@gmail.com LINE：@540cjxpm