

# 令和8年度 第2期 フィットネス教室 参加者募集のご案内

曜日	教室名	時間	会場	日程	募集人数	参加費
月	アロマヨガ	10:30~12:00 (90分)	3F		若干名	4,000円
	ベーシックヨガ	13:30~14:30 (60分)	1F	7月 6日・13日	若干名	3,000円
	筋膜ヨガ	14:45~15:45 (60分)	1F	8月 3日・17日・24日	若干名	3,000円
	水泳教室① 初心者クロール1	19:00~20:30 (90分)	プ ール	9月 7日・14日	12人	4,000円
	水泳教室② クロール・背泳ぎ				35人	
火	顔ヨガ(顔ストレッチ) (※手鏡が必要となります)	10:30~11:30 (60分)	3F		若干名	3,000円
	ステップ&ストレッチ (※シューズが必要となります。)	13:30~14:30 (60分)	1F	7月 7日・14日・21日	若干名	3,000円
	エアロビ&バランスボールストレッチ (※シューズが必要となります。)	14:45~15:45 (60分)	1F	8月 4日	若干名	3,000円
	ピラティス(中級)	19:00~20:00 (60分)	3F	9月 1日・8日・15日	若干名	3,000円
水	ヒーリングアロマヨガⅠ	13:30~14:30 (60分)	1F	7月 15日・22日	若干名	3,000円
	ヒーリングアロマヨガⅡ	14:45~15:45 (60分)	1F	8月 5日・26日 9月 2日・9日・16日	若干名	3,000円
	経絡と筋膜リリースヨガ	19:30~20:30 (60分)	3F	7月 8日・15日・22日 8月 5日・26日 9月 9日・16日	若干名	3,000円
木	ストレッチボールピラティス	13:20~14:20 (60分)	1F	7月 9日・23日	若干名	3,000円
	はじめてのバレエ	19:30~20:30 (60分)	1F	8月 6日・20日・27日 9月 10日・17日	若干名	3,000円
金	セルフメンテナンスヨガ	10:30~12:00 (90分)	3F	7月 10日	若干名	4,000円
	プラーナヨガ2	13:20~14:20 (60分)	3F	8月 7日・21日・28日	若干名	3,000円
	リフレッシュヨガ	19:30~20:30 (60分)	3F	9月 4日・11日・18日	若干名	3,000円

※      : 90分      : 60分 ※1F: 1階 スタジオ 3F: 3階 研修室

## 募集期間 6月15日(月) ~ 21日(日)

会場: 総合健康センター  
 対象者: 18歳以上(高校生を除く)  
 申込先: 太田市健診センター  
 申込方法: 6月21日(日)までに以下のいずれかの方法でお申し込みください。  
 ・「申し込みフォーム」  
 ・「申込書」



2次元コード

↓申し込みフォームはこちら↓  
<https://forms.gle/buBTuDZ4S3819Fsa6>

※「申込書」は総合健康センターのフィットネス教室掲示板(1階)に設置してあります。必要事項をご記入のうえ、フィットネス教室掲示板(1階)設置の投函箱へご提出ください。同じ教室への複数応募や、必要事項の記入漏れがある場合は無効となりますのでご注意ください。

※募集人数を超えた場合は抽選です。  
 ※ヨガマットは各自でご持参ください。  
 ※参加費は初回参加日に集金いたします。

《水泳教室をお申込みの方へ》  
 ※「新規申込者」と「継続参加希望者」を合わせて募集人数を超える場合は、抽選を行います。

## 結果発表日 6月25日(木) 14:00より、随時お知らせします

※結果のお知らせが届かない場合は、「お問い合わせ先」までご連絡ください。  
 ※ハガキ希望とされた方は、6月25日(木)に投函いたしますので、到着までに数日かかる場合がございます。

【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: @540cixpm

