

令和8年 豊島体育館 自主事業教室 2月

スタジオ	クラス名	場所	対象年齢	料金	定 員	時 間	日程	1回参加
月曜日	■はじめてのバレエエクササイズ	体育 室  2 階	16歳以上女性	<b>2,600円</b>	1 5 名	13時30分～14時30分	2.9	1,600円
火曜日	★体質改善教室		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	9時30分～10時30分	3.10.17.24	1,400円
	★健康気功		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	11時00分～12時15分	3.10.17.24	1,400円
	■ジュニア少林寺拳法体験教室		年中～小3	<b>5,200円</b>	1 5 名	16時00分～17時30分	3.10.17.24	1,600円
水曜日	★シニアらくらく体操		概ね60歳以上	<b>3,300円</b>	1 5 名	9時30分～10時30分	4.18.25	1,400円
	★リラックスヨガ		16歳以上	<b>3,300円</b>	1 5 名	10時50分～12時00分	4.18.25	1,400円
	★やさしいジャイロキネシス		16歳以上	<b>2,200円</b>	1 5 名	18時30分～19時20分	4.18	1,400円
木曜日	★アンチエイジング		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 0 名	9時45分～10時45分	5.12.19.26	1,400円
	★太極拳（午前の部）		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	11時00分～12時30分	5.12.19.26	1,400円
	★太極拳（午後の部）		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	15時00分～16時30分	5.12.19.26	1,400円
	★初めてのフラダンス		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	13時30分～14時45分	5.12.19.26	1,400円
	★女性限定シニアヨガ		概ね60歳以上	<b>4,400円</b>	8 名	18時00分～19時00分	5.12.19.26	1,400円

	★ジャズ体操		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	19時15分～20時15分	5.12.19.26	1,400円
--	--------	--	-------	---------------	-------	---------------	------------	--------

スタジオ	クラス名	場所	対象年齢	料金	定 員	時 間	日程	1回参加
金曜日	★ヨガティス	体育室 2階	16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	9時30分～10時30分	6.13.20.27	1,400円
土曜日	★リセットヨガ		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	9時30分～10時35分	7.14.21.28	1,400円
	★リフレッシュヨガ		16歳以上	<b>4,400円</b>	1 5 名	10時55分～12時00分	7.14.21.28	1,400円
	幼児体操		満4歳～6歳	<b>4,400円</b>	1 2 名	13時30分～14時15分	7.14.21.28	
	小学生体操（低）		小1～小3	<b>4,400円</b>	1 2 名	14時25分～15時25分	7.14.21.28	
	小学生体操（高）		小4以上	<b>4,400円</b>	1 2 名	15時30分～16時30分	7.14.21.28	

価格は全て税込み価格となります

## エアロビ系 自主事業

火曜日	ソフトエアロビクス	競技場	16歳以上	<b>1回500円</b>	5 0 名	9時30分～10時30分	3.10.17.24	
木曜日	健康エアロビクス	競技場	16歳以上	<b>1回500円</b>	5 0 名	9時30分～10時30分	5.12.19.26	
	ウォークバランスエクササイズ	競技場	16歳以上	<b>1回500円</b>	5 0 名	11時～12時	5.12.19.26	

※65歳以上（豊島区在住 要手続き）は250円、障害者（公害健康被害者）、一人親家族（親、子）要手続きは免除