

水元総合スポーツセンター 水元総合スポーツセンター 水元総合スポーツセンター							TEL:3609-8182
会場 ★:会議室 その他:フィットネススタジオ							
No.	曜	コース名	対象	時間	空状況	料金税込	日程
87	月	<b>キッズダンスHIPHOP</b> 音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や巧緻性を身に付けられます。	4才から 未就学の幼児	16:15 ~17:15	残り 僅か	8,800円 /8回	7月4・11・25日 8月1・22・29日
88		<b>ジュニアダンスHIPHOP</b> 音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や巧緻性を身に付けられます。	小学生	17:30 ~18:30	空き あり	8,800円 /8回	9月5・12日
89	火	<b>わんぱく親子 体操名人</b> 遊びの中で簡単なルールも交え、走る、歩く、バランス、順番待ちなどを学びながら、ママはボディケア+ストレッチ・エクササイズを行います。	2才から 未就学の幼児	11:00 ~12:00	空き あり	11,000円 /10回	7月5・12・19・26日 8月2・23・30日
90		<b>赤ちゃん親子 ママビューティー</b> 赤ちゃんは月齢に合ったバランスや身体認知、社会性を育む遊びやマッサージを行い、ママは産後のボディケアに必要な運動を行います。	1.5ヶ月~ 11ヶ月	12:15 ~13:15	空き あり	11,000円 /10回	9月6・13・20日
91	水	<b>★よちよち親子 フィットリミック</b> お子様は音楽に合わせて自由に体を動かし、表現力・反応力を身に付けます。ママはストレッチ・有酸素運動とボディメイク。	1才~2才	11:00 ~12:00	空き あり	11,000円 /10回	7月6・13・20・27日 8月3・17・24・31日 9月7・21日
92	土	<b>わんぱく家族 体操名人A</b> 親と子が触れ合いながら体操・リミック・バランスなどの運動を行います。お子様の巧緻性が身に付けられます。	3才~6才	9:45 ~10:45	満員	12,100円 /11回	7月2・9・16・23・30日 8月6・20・27日 9月3・10・17日
93		<b>フィットリミック 元気ファミリー</b> お子様の歩行の意欲促進、バランス、まねっこ、言葉の刺激などを行いながら、親は均整のとれた身体づくりを行います。	1才~ 3才6ヶ月	11:00 ~12:00	空き あり	12,100円 /11回	
94		<b>わんぱく家族 体操名人B</b> 親と子が触れ合いながら体操・リミック・バランスなどの運動を行います。お子様の巧緻性が身に付けられます。	3才~6才	13:00 ~14:00	残り 僅か	12,100円 /11回	

※感染情報や社会情勢に応じて開催内容を変更することがあります。

※親子コースは親1人に子1人での参加となります。

※都合により開催日程や会場、担当インストラクター等変更になることがあります。

※妊娠中の方は参加できません。開始後に判明した場合でも、参加費の返金はありません。

※料金には消費税10%を含んでおります。

※空き状況は最新の状態でない場合がございます。詳細は開催館までお問い合わせください。