

2017年度 第4期（1月～3月）

取手ウェルネスプラザ コース型教室 参加者募集！

決まった曜日、決まった時間帯に “身体に良い 習いごと” を始めてみませんか！？

3ヶ月（全10～12回）の開催となります！

※休館日や祝日、市の健診事業等でスタジオが使用できない日を除いてのコース型教室の開催となります。

No.	教室名	曜日	時間	1月				2月				3月				定員	回数	受講料				
1	初めてヨガ	火	18:30 - 19:30	/	/	16	23	30			6	/	20	27		6	13	20	27	20名	全10回	¥6,000
2	ベーシックステップ		19:45 - 20:45	/	/	16	23	30			6	/	20	27		6	13	20	27	20名	全10回	¥6,000
3	基本のピラティス	水	18:30 - 19:30	/	10	17	24	31			7	14	21	28		7	14	/	28	20名	全11回	¥6,600
4	ビューティーストレッチ&ヨガ		19:45 - 20:45	/	10	17	24	31			7	14	21	28		7	14	/	28	20名	全11回	¥6,600
5	リラクゼーションヨガ	木	18:30 - 19:30	/	11	18	25			1	8	15	22		1	8	15	22	29	20名	全12回	¥7,200
6	ボディコンバット15分&45分		19:45 - 20:45	/	11	18	25			1	8	15	22		1	8	15	22	29	25名	全12回	¥7,200
7	ボディパンプ15分&45分	金	18:30 - 19:30	5	12	19	26			2	9	16	23		2	9	16	23	30	20名	全13回	¥7,800
8	ボディコンバット60		19:45 - 20:45	5	12	19	26			2	9	16	23		2	9	16	23	30	25名	全13回	¥7,800
9	ボディコンバット15分&45分	土	9:30 - 10:30	6	13	20	27			3	/	17	24		3	/	17	24	31	25名	全11回	¥6,600
10	ポールストレッチ		10:45 - 11:45	6	13	20	27			3	/	17	24		3	/	17	24	31	20名	全11回	¥6,600
11	リラクゼーションヨガ		13:15 - 14:15	6	13	20	27			3	10	17	24		3	/	17	24	31	20名	全12回	¥7,200
12	ボディパンプ15分&45分	日	9:30 - 10:30	7	14	/	28			4	11	18	25		4	11	18	25		20名	全11回	¥6,600
13	ボディコンバット60		10:45 - 11:45	7	14	/	28			4	11	18	25		4	11	18	25		25名	全11回	¥6,600

《申込み》 12月1日（金）8：30からトレーニングジム受付にて受付開始！

※先着順（電話申込み不可）／同居家族のみ代理申込み可。

《対象》 15歳以上（高校生以上）

《体験》 開講時に定員に達していない教室は、当日体験料（900円）でご参加いただけます！

《途中申込み》 残り日程（回数）×600円で途中からお申込みいただけます！

☆ まずはお気軽にお問い合わせください ☆

取手ウェルネスプラザ 住所：新町2-5-25 ☎ 0297-77-8878（直通）（問い合わせ/月曜を除く8：30～21：30まで）

★★★ コース型教室 各クラス内容 ★★★