

令和6年度 ☆Ⅱ期 フロア教室日程表

曜日	教室名	時間	回数	受講料	7月	8月	9月
火	ダンベル体操	10:30~11:20	12回	4,200円	2・9・16・23・30	6・20・27 ※13日は休み	3・10・17・24
	フラダンス	11:30~12:20					
	バランスヨガ	13:30~14:20					
	はじめてピラティス	15:00~15:50					
	ZUMBA	16:00~16:50					
	キッズフラダンス(小学生)	17:00~17:50					
	ビギナーエアロ	18:00~18:45					
	ゆるムーブ	19:30~20:20					
水	エアロビクス	10:30~11:15	12回	4,200円	3・10・17・24・31	7・21・28 ※14日は休み	4・11・18・25
	太極拳	11:30~12:20					
	骨盤調整ヨガ	13:30~14:20					
	いすヨガ	14:45~15:35					
	チアダンス(幼児)	17:00~17:50	10回	3,500円	3・10・17・24 ※31日は休み	7・21・28 ※14日は休み	4・11・18 ※25日は休み
	チアダンス(小学生) ※レベルアップクラス	18:00~18:50					
木	ゆるムーブ	10:15~11:05	12回	4,200円	4・11・18・25	1・8・22・29 ※15日は休み	5・12・19・26
	ゆっくりゆるムーブ	11:15~12:05					
	バランスヨガ	13:30~14:20					
	気功	15:00~15:50					
	ZUMBAGOLD	16:00~16:50					
	チアダンス(幼児)	17:00~17:50					
	チアダンス(小学生) ※初心者クラス	18:00~18:50	10回	3,500円	4・11・18・25	1・8・22 ※15日・29日は休み	5・12・19 ※26日は休み

※水曜日の「チアダンス(小学生)」はレベルアップクラスとなっております。初めての方は、木曜日の「チアダンス(小学生)」初心者クラスをご受講下さい。

曜日	教室名	時間	回数	受講料	7月	8月	9月
木	エアロビクス	19:30~20:15	12回	4,200円	4・11・18・25	1・8・22・29 ※15日は休み	5・12・19・26
金	ゆるムーブ	10:15~11:05	12回	4,200円	5・12・19・26	2・9・23・30 ※16日は休み	6・13・20・27
	ゆっくりゆるムーブ	11:15~12:05					
	アンチエイジングストレッチ	13:30~14:20					
	やさしいピラティス	15:00~15:50					
	キッズスポーツエアロ	17:30~18:15					
	アンチエイジングストレッチ	19:30~20:20					
土	ヨガトレ	10:30~11:15	12回	4,200円	6・13・20・27	3・10・17・24・31	7・14・21
	ベーシックヨガ	11:30~12:20					
	美姿勢 yoga/やさしいヨガ	19:30~20:20					
日	リフレッシュヨガ	10:30~11:20	12回	4,200円	7・14・21・28	4・18・25 ※11日は休み	1・8・15・29・10/6 ※22日は休み

#### ☆申込方法☆

- ・玉村町在住の方は6月2日(日)より、すべての地域の方は6月6日(木)より受付ができます。
- ・午前10時~午後8時の間で海洋センター窓口へ参加費を持参の上、お申込み下さい。
- ・すべての教室は先着順です。

【(定員)ダンベル体操(火)・エアロビクス(木)は25名・太極拳(水)は15名、その他教室は20名】

#### ※支払方法

現金・楽天pay・au pay・クレジットカード・楽天Edy  
※Pay Payは不可

#### ☆注意事項☆

- ・複数の教室参加者は、2教室目以降の受講料が500円引きになります。(※申込の際にレシートをお持ち下さい。)
- ・施設使用料(大人町内320円、大人町外480円)(高校生以下町内100円、高校生以下町外150円)が必要です。
- ・申込者が8名以下の場合、教室の開催を中止する場合があります。
- ・各教室の申込締め切り・キャンセル返金は、6月23日(日)までとなります。  
(※キャンセル返金は、現金支払いのみの対応とさせていただきます。)

ご不明な点等ございましたら、施設までお問い合わせ下さい。  
玉村町 B&G 海洋センター 指定管理者 株式会社NSP群馬  
TEL 0270-64-5311