

有料フラダンスクラス

3ヶ月で1曲を覚え踊るフラダンスのクラスです。
登録制なので予約を取る必要がなく、クラスに参加できます。

日程	水曜コース 令和4年4月6日～6月29日 11回
	金曜コース 令和4年4月1日～6月17日 11回
定員	水曜コース 22名
	金曜コース 10名 ※1人1コースのみ
登録料	2,420円（税込）
申込み	1階フロント 3月1日10時30分～ ※登録料を添えて申込みください



足腰体操

ロコモを予防する運動を手軽に楽しく
椅子を用いて行うクラス。

日程	令和4年4月5日～6月28日
	火曜 13:45～14:30 11回
定員	10名
登録料	2,420円（税込）
申込み	1階フロント 3月1日10時30分～ ※登録料を添えて申込みください



健康体操

健康維持増進を目的として低強度で全身の機能改善、向上に効果的な運動を行うクラス。

日程	令和4年4月1日～6月17日
	金曜 12:00～13:00 11回
定員	10名
登録料	2,420円（税込）
申込み	1階フロント 3月1日10時30分～ ※登録料を添えて申込みください

