第4期 スタジオ教室

教室一覧

動いて、整えて、もっと健康に！



月曜日教室

	時間	対象	定員
運動不足解消教室	10：30～11：30	16歳以上	12名
バレトン	11：40～12：40	16歳以上	12名
リセットナイトヨガ	19：00～20：00	16歳以上	12名

はじめての方も大歓迎！

火曜日教室

	時間	対象	定員
ズンバ	10：30～11：30	16歳以上	12名
やさしいチェアヨガ	14：00～15：00	16歳以上	12名
エアロビクス	19：30～20：30	16歳以上	12名

水曜日教室

	時間	対象	定員
朝のととのいヨガ	10：30～11：30	16歳以上	12名
アタマとカラダの健康体操	13：00～14：00	50歳以上	12名
水曜ピラティス	15：00～16：00	16歳以上	12名
やさしい夜のヨガ	19：00～20：00	16歳以上	12名

金曜日教室

	時間	対象	定員
心とからだの養生ヨガ	13：30～14：30	16歳以上	12名
機能改善運動教室	19：00～20：00	16歳以上	12名



料金

月・水・金・土曜教室 全10回	火曜日教室 全9回
市内 9,450円	市内 8,500円
市外 9,900円	市外 8,900円

申込期間

11月14日（土）
～11月22日（日）

開催日程、教室詳細、申込方法などは
裏面をご確認ください。

各務原市民プール

教室詳細

開催日程について

第4期	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目	8回目	9回目	10回目
月曜日	1月4日	1月18日	1月25日	2月1日	2月8日	2月15日	2月7日	3月1日	3月15日	3月29日
火曜日	1月5日	1月19日	1月26日	2月2日	2月9日	2月16日	3月2日	3月16日	3月30日	
水曜日	1月6日	1月13日	1月20日	1月27日	2月3日	2月10日	2月17日	3月3日	3月17日	3月24日
金曜日	1月8日	1月15日	1月22日	1月29日	2月5日	2月19日	2月26日	3月5日	3月19日	3月26日
土曜日	1月9日	1月16日	1月23日	1月30日	2月6日	2月13日	2月20日	2月27日	3月13日	3月20日

※1/11.12 2/12.23.24 3/8.9.10.12 はお休みとなります。

申込について

申込期間	11月 14日（土） ～ 11月 22日（日） 上記期間中にインターネットまたは、窓口にてお申込ください。（インターネット推奨）
抽選日	11月 23日（月） 当落の確認については、11月25日（水）午前10:00から施設内掲示板・施設HP・Instagramにて発表します。電話ではお答えしかねますのでご了承ください。 公開抽選ではないため立会は必要ありません。 定員を超えた場合のみ抽選を行います。 定員に満たない場合は、窓口にて先着順で受付いたします。 **★当選・落選のメール通知は行いません。** 当落確認のURLを送信しますので、ご自身でご確認いただきますようお願いします。
支払期間	11月 25日（水） ～ 12月 2日（水） 当選者は上記期間中に、施設窓口にて受講料をお支払いください。 ※抽選を行った教室はキャンセル待ちを各教室10名程度とります。 ※当選・補欠当選発表時にお申込み番号ない場合は、落選となります。 ※支払い期間中に支払いをされなかった場合はキャンセル扱いとします。
申込方法について インターネットの場合	☆二次元コードを読み込むまたは、URLを入力してアクセスしてください。 ☆表示された内容に沿って必要事項（名前・連絡先・メールアドレスなど）を入力してください。 ☆申請が完了すると完了メールが届きます。未承認となっていても申請できています。 ☆メールが届かない場合、申請が正常に完了していない可能性があります。 迷惑メール等に振り分けられていないかなどご確認ください。 ☆重複して申請されている場合は、取り消す場合がございます。 ☆対象区分と違って申込されている場合は、申請を取り消しさせていただきます。 ☆申請の際、ロボット操作ではない事を確かめるために画像選択が出る場合がございます。 ☆正しく選択し申請を完了していただきますよう、ご協力をお願いします。
窓口の場合	☆窓口で教室申請の申し出をお願いします。 ☆申請書の記入をして、スタッフに提出してください。

インターネットでお申込の方はこちらの二次元コードを読み取り申請をしてください。→

URL： https://shinko-kakamigaharap.stores.jp/reserve/kyoshitsu-shinsei

問い合わせ先

各務原市民プール ☎ 058−370−6506