

2026年2月6日10時時点の受付状況 ※人数についてはお答えできかねます	状況
S01 【月】 月曜卓球	満員
S02 【月】 バレトンエクササイズ	受付可
S03 【火】 リラックスヨガ(火)	受付可
S04 【火】 火曜卓球	受付可
S05 【火】 やさしいピラティス	満員
S06 【火】 ピラティス & 骨盤体操	満員
S07 【火】 ピラティス (火) 1	満員
S08 【火】 ピラティス (火) 2	受付可
S09 【火】 いきいきヨガ	受付可
S10 【水】 さわやか健康体操	受付可
S11 【水】 らくらく元気体操	受付可
S12 【水】 リラックスヨガ(水)	受付可
S13 【水】 水曜卓球1	受付可
S14 【水】 水曜卓球2	受付可
S15 【水】 太極拳	受付可
S16 【水】 フィットネスヨガ	受付可
S17 【水】 心と体ストレスフリーヨガ(水)	満員
S18 【木】 ストレッチング健康法	受付可
S19 【木】 木曜卓球	満員
S20 【木】 カラダにやさしいヨガ1	満員
S21 【木】 カラダにやさしいヨガ2	受付可
S22 【木】 Z U M B A G O L D	満員
S23 【木】 はじめてヨガ	受付可
S24 【木】 ピラティス(木)	満員
S25 【木】 心と体ストレスフリーヨガ(木)	満員
S26 【木】 骨盤エクササイズ & ピラティス(木)	満員
S27 【金】 朝の太極拳	受付可
S28 【金】 無理なく始めるダイエット (金)	受付可
S29 【金】 骨盤調整体操	満員
S30 【金】 骨盤エクササイズ & ピラティス(金)	満員
S31 【金】 金曜卓球	受付可

2026年2月6日10時時点の受付状況 ※人数についてはお答えできかねます	状況
S32 【金】 たのしいフォークダンス	受付可
S33 【金】 デトックスヨガ1	満員
S34 【金】 デトックスヨガ2	受付可
S37 【土】 土曜卓球	満員
S38 【土】 季節の経絡ツボヨガ	受付可
S39 【土】 土曜の朝ヨガ1	満員
S40 【土】 土曜の朝ヨガ2	受付可
S41 【土】 骨盤エクササイズ&ピラティス(土)	満員
S42 【土】 親子でタヒチアンダンス	受付可
S43 【土】 美と健康味方 骨盤底筋トレーニング	満員
S44 【土】 ピラティス(土)	満員
S45 【土】 ゴルフピラティス	受付可
S46 【土】 骨盤リフレッシュヨガ	受付可
S47 【土】 やさしい筋トレ	受付可
S48 【日】 日曜卓球	満員
S49 【日】 美姿勢リンパエクササイズ1	満員
S50 【日】 美姿勢リンパエクササイズ2	受付可
S51 【日】 日曜の朝ヨガ	満員
S52 【日】 朝の自律神経調整ヨガ	受付可
S53 【日】 ピラティス&ストレッチ	満員
K01 【火】 歌謡入門	受付可
K02 【火】 たのしい絵画	受付可
K03 【水】 絵手紙	受付可
K04 【水】 実用書道・ペン字	受付可
K05 【木】 たのしい水彩画	受付可
K06 【金】 手編みの基本	受付可
K07 【金】 パッチワークキルト	受付可

※「**満員**」講座については「**キャンセル待ち**」受付中