

小田原アリーナ 平成28年度 第4期の先行受付を開始いたします

第4期 健康運動教室のご案内

月	教室名	担当	定員	回数	時間	無料体験	開催日	参加費
12/5	リフレッシュストレッチ	ささき	25名	9回	9:00~9:50	1/⑨、16、30、2/6、13、20、3/6、13、20		5,400円
	ズンバ(午前)	阿部	25名	9回	10:00~11:00	1/⑨、16、30、2/6、13、20、3/6、13、20		5,400円
	シナプソロジー&健康体操	yoko	25名	7回	12:10~13:00	1/⑩、30、2/6、13、20、3/6、13		4,200円
	ズンバ(午後)	yoko	25名	7回	13:05~13:55	1/⑩、30、2/6、13、20、3/6、13		4,200円
	プリエバレエクラス(こども)	藤井	25名	月回数	16:00~17:00	1/⑨、16、30、2/6、13、20、3/6、13、20		月謝制※
	はじめてのフラ	YAYOI	25名	5回	18:00~18:55	1/⑩、30、2/6、3/6、13		3,000円
	シェイプアップフラメンコ	池谷	25名	7回	19:05~19:55	1/⑨、16、30、2/6、20、3/6、13		4,200円
	お腹シェイプと姿勢改善	masako	25名	7回	20:05~21:05	1/⑩、30、2/6、13、20、3/6、13		4,200円

火	教室名	担当	定員	回数	時間	無料体験	開催日	参加費
12/6	ストレッチ&コアトレーニング	渡辺	25名	11回	9:10~10:10	1/⑩、17、24、31、2/7、14、21、28、3/7、14、21		6,600円
	エアロ&コンディショニング	渡辺	25名	11回	10:15~11:15	1/⑩、17、24、31、2/7、14、21、28、3/7、14、21		6,600円
	美姿勢&ストレッチ	ささき	25名	12回	11:30~12:30	1/⑩、17、24、31、2/7、14、21、28、3/7、14、21、28		7,200円
	やさしいヨガ①	三堀	25名	12回	13:00~14:00	1/⑩、17、24、31、2/7、14、21、28、3/7、14、21、28		7,200円
	ボディコントロール	三堀	25名	12回	14:10~15:00	1/⑩、17、24、31、2/7、14、21、28、3/7、14、21、28		7,200円
	やさしいヨガ②	三堀	25名	12回	15:10~16:00	1/⑩、17、24、31、2/7、14、21、28、3/7、14、21、28		7,200円
	キッズヒップホップダンス	佐藤	25名	8回	16:30~17:20	1/⑩、24、31、2/7、21、28、3/7、14		4,800円
	ジュニアヒップホップダンス	佐藤	25名	8回	17:30~18:30	1/⑩、24、31、2/7、21、28、3/7、14		4,800円
	太極拳	青木	25名	11回	19:00~20:30	1/⑩、17、24、31、2/7、21、28、3/7、14、21、28		6,600円

水	教室名	担当	定員	回数	時間	無料体験	開催日	参加費
12/7	子連れOKストレッチヨガ	石井	25名	5回	9:30~10:20	1/18 1/25、2/8、22、3/1、15		3,000円
	太極拳	永井	25名	11回	10:30~12:00	1/④、18、25、2/1、8、15、22、3/1、15、22、29		6,600円
	やさしいフラ	YAYOI	25名	9回	12:15~13:15	1/⑩、18、25、2/1、8、22、3/1、15、22		5,400円
	大人のバレエ入門	久保田	25名	10回	13:30~14:45	1/4 1/18、25、2/1、8、15、22、3/1、15、22、29		6,000円
	健康コア体操	平田	25名	11回	15:00~16:00	1/⑩、18、25、2/1、8、15、22、3/1、15、22、29		6,600円
	はじめての社交ダンス	YAYOI	25名	8回	16:10~17:00	1/11 1/18、25、2/1、8、22、3/1、15、22		4,800円
	子どものフラダンス	YAYOI	25名	8回	17:10~17:55	1/11 1/18、25、2/1、8、22、3/1、15、22		4,800円
	バランスヨガ	平田	25名	11回	18:00~18:55	1/⑩、18、25、2/1、8、15、22、3/1、15、22、29		6,600円
	ボディメイク	沓澤	25名	11回	19:05~20:05	1/⑩、18、25、2/1、8、15、22、3/1、15、22、29		6,600円
	ボクシングエクササイズ	フェリ	25名	10回	20:15~21:15	1/⑩、18、25、2/1、8、15、3/1、15、22、29		6,000円

- 無料体験について (要申込・定員有り)
無料体験日が設定されている教室は、無料体験をお申込いただけます。無料体験がない教室も、特別料金で体験することができます。(○印の部分が該当日です。)
- バレエ教室(こども)の月謝について
その月の教室開催数(基本:6,400円/月4回)で金額が変動いたします。詳細は受付までお問い合わせください。
※定員になり次第締め切りになります。教室開催後の返金はできません。ご了承ください。

※教室により金額、回数が異なりますのでご注意ください。
ご家族、ご友人の方も対象となります。
参加費をご持参のうえ受付(小田原アリーナ窓口)を行ってください。
開催中の日程は急遽変更になることもございます。
変更につきましてはお手紙の配布または教室案内板にてお知らせいたします。
【各種お問い合わせ時間 8:45~21:30】

木	教室名	担当	定員	回数	時間	無料体験	開催日	参加費
12/8	ジャズダンスエクササイズ	Sayuri	25名	10回	9:10~10:40	1/⑩、19、26、2/2、9、16、23、3/2、9、16		6,000円
	肩こり楽々ストレッチ	AKEMI	20名	11回	10:00~11:00	1/⑤、12、19、26、2/2、9、16、23、3/2、9、23		6,600円
	YOGA∞フリダヤ ~こころからだへ~	katsuei	25名	9回	10:55~11:55	1/5 1/12、19、26、2/2、9、16、3/2、9、16		5,400円
	YOGA∞プルシャ ~ココロとカラダへ~	katsuei	25名	9回	13:30~14:30	1/5 1/12、19、26、2/2、9、16、3/2、9、16		5,400円
	キッズストリートダンス	Sayuri	25名	10回	16:00~16:50	1/⑩、19、26、2/2、9、16、23、3/2、9、16		6,000円
	ジュニアストリートダンス	Sayuri	25名	10回	17:00~18:00	1/⑩、19、26、2/2、9、16、23、3/2、9、16		6,000円
	ピラティス	岡田	25名	11回	18:50~19:50	1/⑤、12、19、26、2/2、9、16、23、3/2、9、16		6,600円
	Re:Style(リスタイル)	岡田	25名	11回	20:00~21:00	1/⑤、12、19、26、2/2、9、16、23、3/2、9、16		6,600円

金	教室名	担当	定員	回数	時間	無料体験	開催日	参加費
12/2	ピラティス	Sayuri	25名	10回	9:15~10:15	1/⑩、20、27、2/3、17、24、3/3、10、17、24		6,000円
	リラクソヨガ	Sayuri	25名	10回	10:30~11:30	1/⑩、20、27、2/3、17、24、3/3、10、17、24		6,000円
	バレエピラティス	石塚	25名	10回	12:00~13:00	1/⑥、13、20、27、2/3、17、24、3/10、17、24		6,000円
	大人バレエクラス	石塚	25名	10回	13:15~14:45	1/⑥、13、20、27、2/3、17、24、3/10、17、24		6,000円
	美脚美尻骨盤ヨガ 初級	平川	25名	10回	14:55~15:55	1/6 1/13、20、27、2/3、17、24、3/3、10、17、24		6,000円
	hikariバレエクラス(中学生)	永野	25名	月回数	18:00~18:55	1/6、13、20、27、2/3、17、24、3/3、10、17、24		月謝制※
	ゆるやかピラティス	岡田	25名	10回	19:00~20:00	1/⑥、13、20、27、2/3、17、24、3/3、10、17		6,000円
	スリムキック	松元	25名	10回	20:10~21:10	1/6 1/13、20、27、2/3、17、24、3/3、10、17、24		6,000円

土	教室名	担当	定員	回数	時間	無料体験	開催日	参加費
12/3	朝ヨガ	三堀	25名	10回	9:00~9:55	1/⑦、14、21、28、2/4、18、25、3/4、18、25		6,000円
	ボディコントロール	三堀	25名	10回	10:00~11:00	1/⑦、14、21、28、2/4、18、25、3/4、18、25		6,000円
	骨盤調整エクササイズ	瀧	25名	9回	11:15~12:15	1/⑦、14、21、2/4、18、25、3/4、18、25		5,400円
	やさしいベリーダンス	YUKARI	25名	6回	16:00~17:00	1/⑭、21、28、2/4、25、3/25		3,600円
	初めてのバレエ教室	縣	25名	10回	17:30~18:30	1/⑦、14、21、28、2/4、18、25、3/4、18、25		6,000円
	AKバレエ(大人)	縣	25名	10回	18:40~19:40	1/⑦、14、21、28、2/4、18、25、3/4、18、25		6,000円

日	教室名	担当	定員	回数	時間	無料体験	開催日	参加費
12/4	バレエピラティス	石塚	25名	10回	9:10~10:10	1/⑤、22、29、2/5、12、19、26、3/5、19、26		6,000円
	大人バレエクラス	石塚	25名	10回	10:20~11:50	1/⑤、22、29、2/5、12、19、26、3/5、19、26		6,000円
	こどもバレエクラス	石塚	25名	月回数	12:00~13:30	1/15、22、29、2/5、12、19、26、3/5、19、26		月謝制※
	ベリーダンスエクササイズ	NOBU	25名	6回	19:00~20:00	1/⑤、22、2/5、19、3/5、19		3,600円

小田原市総合文化体育館・小田原アリーナ
指定管理者:小田原スポーツ・文化運営企業体
TEL:0465-38-1144 FAX:0465-20-3102

