

番号	教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
①	(※1)ナイトZUMBA (12回)	一般の方	木	午後7時30分～ 8時30分	10月3日～12月19日	抽選 25	初回2,400円と毎回 利用券150円
②	トレーニング教室 (13回)	女性限定		午後2時～ 3時30分	10月3日～12月26日	15	初回1,300円と毎回 利用券150円
③	金曜ヨガ (13回)	一般の方	金	正午～午後1時	10月4日～12月27日	40	初回2,600円と毎回 利用券150円
④	金曜バランスボール エクササイズ (12回)			午前10時～11時	15	初回1,200円と毎回 利用券150円	
⑤	金曜ZUMBA (12回)				20	初回2,400円と毎回 利用券150円	
	金曜ZUMBA 託児付 (12回)			託児対象 2歳～年長 児	(※2) 事前 申込み制	初回2,400円と毎回 利用券150円 託児料参加毎500円	
⑥	初心者エアロ (12回)			一般の方	土	午後1時30分～ 2時30分	10月4日～12月20日
⑦	金曜健康ストレッチ (12回)	午後2時40分～ 3時40分					
⑧	ゼロからのダンス (12回)	午後7時30分～ 8時30分					
⑨	美ボディコントロール (11回)				10月5日～12月21日 (11月23日は休み)	15	初回1,100円と毎回 利用券150円
⑩	チャレンdoスポーツ (各8回)	市内 小学生のみ	木	午後4時40分～ 5時40分	10月24日～12月12日	各15	無料
			土	午後3時30分～ 4時30分	10月19日～12月14日 (11月23日は休み)		
⑪	キッズ体操3 (8回)	市内 年少児のみ	木	午後3時30分～ 4時30分	10月24日～12月12日		
⑫	キッズ体操4 (8回)	市内 年中児のみ	土	午前9時30分～ 10時30分	10月19日～12月14日 (11月23日は休み)	25	
⑬	キッズ体操5 (8回)	市内 年長児のみ		午前10時40分～ 11時40分			

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴(③・⑦は不要)・タオル・水分補給できる物(ふた付)

【申込み】9月28日(土)(必着)までに、(※1①は往復はがき・電子申請のみ)、中央体育館窓口、電子申請(締切日の午後10時まで)、または、往復はがきに教室名・氏名(ふりがな・⑩～⑬は保護者氏名も)・生年月日・住所・電話番号・返信用宛名を記入し、〒197-0005福生市北田園2-9-1中央体育館へ。

※申込み多数の場合は責任抽選

(※2)の定員は幼児の年齢により変動します。