

コース型教室スケジュール 7～9月

■利用料金 8回券6,300円 4回券3,400円 1回券or体験券900円

・回数券で様々な教室に参加可能です。

鎌倉武道館 0467-46-8010

曜日	時間	教室名	講師	場所	休講日	回数	定員
月曜日	11:00～11:50	ヨガ(やさしい)	高橋	第2会議室	7/17(月・祝)、7/31(月)、8/28(月) 9/18(月・祝)、9/25(月)	8	15
	12:00～12:50	骨盤ストレッチ	高橋	第2会議室	7/17(月・祝)、7/31(月)、8/28(月) 9/18(月・祝)、9/25(月)	8	15
火曜日	9:00～9:50	ヨガ(初心者)	遠藤	第2会議室	7/25(火)、8/15(火)、8/22(火)	10	15
	10:00～10:50	女性向け骨盤ヨガ	遠藤	第2会議室	7/25(火)、8/15(火)、8/22(火)	10	15
水曜日	10:00～10:50	筋力トレーニング	酒巻	第2会議室	なし	13	15
	17:00～17:50	リラックスヨガ	今福	第2会議室	なし	13	15
	18:00～18:50	姿勢改善ピラティス	今福	第2会議室	なし	13	15
木曜日	17:00～17:50	姿勢改善ピラティス	今福	第2会議室	8/10(木)	12	15
金曜日	9:00～9:50	体調改善気功体操	和光	第2会議室	8/11(金・祝)、9/1(金)	11	15
	10:00～10:50	ピラティス(初心者)	和光	第2会議室	8/11(金・祝)、9/1(金)	11	15

大船体育館 0467-47-1862

曜日	時間	教室名	講師	場所	休講日	回数	定員
木曜日	11:00～11:50	ヨガ(初心者)	岩崎	格技室	8/10(木)	12	24
	12:00～12:50	カラダを整えるエネルギーヨガ	岩崎	格技室	8/10(木)	12	24
金曜日	11:00～11:50	ヨガ(やさしい)	高橋	格技室	8/11(金・祝)、9/22(金)	11	24
	12:00～12:50	骨盤ストレッチ	高橋	格技室	8/11(金・祝)、9/22(金)	11	24
	15:45～16:35	3-6歳のキッズ運動能力UP体操	小桑	格技室	7/28(金)、8/11(金・祝)、8/25(金) 9/1(金)、9/29(金)	8	12
	19:00～19:50	ボディバランス	苺谷	格技室	8/4(金)、9/22(金)	11	24
	20:00～20:50	ピラティス(初心者)	苺谷	格技室	8/4(金)、9/22(金)	11	24

見田記念体育館 0467-24-1415

曜日	時間	教室名	講師	場所	休講日	回数	定員
火曜日	13:30～14:20	背骨コンディショニング	梅村	多目的室	7/25(火)、8/8(火)、9/5(火)	10	16
木曜日	9:30～10:30	やさしいバレエ(超入門)	苺谷	多目的室	8/17(木)	12	14
金曜日	9:10～10:10	ボディバランス	苺谷	体育室	8/4(金)、9/22(金)	11	25
	15:30～16:20	身体リセット	小田	多目的室	なし	13	14

鎌倉体育館 0467-24-3553

曜日	時間	教室名	講師	場所	休講日	回数	定員
月曜日	13:30～14:20	ピラティス	村越	会議室	7/31(月)、8/28(月)、9/25(月)	10	14
火曜日	15:15～16:15	ボディパンプ	大内	格技室	8/15(火)	12	18
木曜日	11:15～12:15	ボディバランス	苺谷	会議室	8/17(木)	12	16
金曜日	13:15～14:45	卓球教室	卓球協会	卓球室	8/11(金・祝)、9/1(金)	11	18
	15:15～16:00	シェイプアップダンス	井上	格技室	8/11(金・祝)	12	24
土曜日	17:30～18:30	ボディパンプ	小倉	格技室	7/8(土)、7/22(土)、8/5(土)、9/16(土)	10	24
日曜日	17:15～18:15	ボディコンバット	大内	格技室	8/13(日)、9/24(日)	11	18

～コース型教室参加にあたっての注意事項～

○各教室実施の施設において、事前登録が必要となります。

※見田記念体育館の教室については、鎌倉体育館で登録をお願い致します。

○8～13回を1期とした定期教室となっています。（卓球教室を除く）

○卓球教室は回数券制ではなく、スクール制教室で12,200円となります。

○参加費は保険料が含まれた税込み価格です。

○原則、参加者都合による払い戻しや返金はできません。

○通常参加している教室を欠席される場合は、教室実施時間前までに各施設へお電話ください。
振替については定員等を確認の上、ご案内させていただきます。

○お預かりした個人情報は名簿作成、教室参加に関わる連絡および緊急連絡時のみに使用させていただきます。

○教室での事故・怪我・物品の紛失・盗難等について、施設に過失がない場合、一切の責任を負いません。

○施設・講師の許可なしでの録音・撮影はできません。

○講師・スタッフの指示や教室を妨害するような行為が認められた場合、参加をお断りする場合がございます。

○医師より運動を制限されている方にはご参加いただけません。健康に不安のある方は医師の許可を得てからご参加ください。

○施設都合や天災、新型コロナウイルス感染状況等でやむを得ず、教室の開催を中止する場合があります。

お問い合わせ先：各体育館へ

お問い合わせ可能時間：9：00～20：00

電話番号：表面に記載してあります。