

教室の

現在の

活動状況

月

太極拳教室

午前11:00~12:00

定員20名に達し、約80%の参加率です。

エアロ&ステップエクササイズ

午後7:30~8:30

定員30名 申込22名 参加率が高いです。

火

ナイト・ヨーガ教室

午後7:30~8:45

定員20名 体験の方が多数入会されました。

水

デイ・ヨーガ教室

午前10:00~11:15

定員20名 申込17名でかなり増え、参加率も上昇してきています。

スローエアロビクス教室

午前10:30~11:30

定員50名 申込34名、参加率が伸び悩んでいます。

ファン!フィットネス

午後2:00~3:00

定員30名 申込25名、参加率が高いです。

マシントレーニング教室

午後7:30~8:45

定員15名 申込14名 参加率が伸び悩んでいます。

木

朝マシントレーニング教室

午前10:00~11:15

定員15名 申込10名 参加率は約80%です。

ラージボール卓球教室

午後1:00~3:00

定員25名 申込24名 参加率は最近落ち込んでおります。

金

シルバー運動教室

午前10:00~11:30

定員30名 申込19名 参加率は波があります。

土

親子運動・遊び地域体験教室

午前10:00~12:00

定員15組 申込6組 参加率が伸び悩んでおります。

トライ!ボディメイク

午後7:00~8:00

定員30名 申込21名 参加率は波があります。