

## 松原市民体育館 大人教室カレンダー (2022年10月・11月・12月)

教室	開催時間	参加費	場所	曜日	10月開催日				11月開催日				12月開催日			
ヨガ①	9:30~10:30	10回 6,400円	第1	月	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩		
ピラティス	10:45~11:45	10回 6,400円	第1			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	
熟年健康体操	15:10~16:30	10回 7,300円	第1		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩		
運動+脳トレ教室	10:00~11:00	8回 5,000円	第2	火	①	②		③		④		⑤	⑥	⑦	⑧	
筆ペン・ボールペン字	13:00~14:30	6回 6,300円	プレイ			①		②		③		④		⑤		⑥
卓球教室	15:15~16:45	10回 8,400円	第2	水		①	②	③	④	⑤	⑥		⑦	⑧	⑨	⑩
ヨガ②	9:30~10:30	10回 6,400円	第1	木	①	②	③	④		⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	
オリジナル健康体操	10:45~11:45	10回 6,400円	プレイ		①	②	③	④		⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	
ヨガ④	19:30~20:30	10回 6,400円	第2		①	②	③	④		⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	
フラダンス	10:00~11:00	10回 6,400円	プレイ	金	①	②	③	④	⑤	⑥		⑦	⑧	⑨	⑩	
ヨガ③	15:15~16:15	10回 6,400円	第1	土	①	②	③	④	⑤		⑥	⑦		⑧	⑨	⑩

## 松原市民道夢館 教室カレンダー (2022年10月・11月・12月)

教室	開催時間	参加費	場所	曜日	10月開催日				11月開催日				12月開催日			
チアリーダー(幼児童) 4歳~小1	15:30~16:30	12回 11,100円	第1 フリー ルーム	月	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
チアリーダー(児童) 小2~小6	16:40~17:40	12回 11,100円			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
筆ペン・ボールペン字	10:00~11:30	6回 6,300円	ワーク ショップ	火		①		②		③		④		⑤		⑥
ヨガ③	18:30~19:30	8回 5,200円	第1 フリー ルーム		①	②		③	④	⑤		⑥	⑦	⑧		
ヨガ①	19:30~20:30	10回 6,400円	第1 フリー ルーム	水	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦		⑧	⑨	⑩	
ヨガ②	10:00~11:00	10回 6,400円			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦		⑧	⑨	⑩	
卓球教室	10:00~11:30	10回 8,400円			第2 フリー ルーム		①	②	③	④	⑤	⑥		⑦	⑧	⑨
ヨガ④	10:00~11:00	10回 6,400円	第1 フリー ルーム	木	①	②	③	④		⑤	⑥	⑦		⑧	⑨	⑩