

ワークヒル土浦 第1期講座

☎ワークヒル土浦(☎826-2622
〒300-0027 木田余東台四丁目1-1)

- ☑往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参
- ※月曜休館。はがき1枚につき1講座の申し込み(連名は不可)
- ※親子の講座は子どもの氏名(ふりがな)、年齢も記入
- ☑3月20日(土)(必着)
- ※定員を超えたときは抽選。なお、申し込み少数のときは中止となることがあります。

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料
火	らくらくシニア体操	一般男女	10:00~11:00	4/13~6/22	10	25人	5200円
	カラダすっきり!ストレッチヨガ	一般男女	11:30~12:30	4/13~6/22	10	30人	5200円
	美 body kick exercise	一般男女	13:30~14:30	4/13~6/22	10	25人	5200円
	コンシャスヨーガ&自力整体	一般男女	15:45~17:00	4/13~6/22	10	30人	5200円
	ヒップホップエクササイズ&ストレッチ	一般男女	18:50~19:50	4/13~6/22	10	25人	5200円
	やわらか体幹エクササイズ	一般男女	20:00~21:00	4/13~6/22	10	25人	5200円
水	エアロビクス水曜	一般男女	10:00~11:00	4/14~6/23	10	25人	5200円
	よちよちわんぱく親子ビクス	1歳以上の未就園児と保護者	11:30~12:30	4/14~6/9	8	10組 20人	4100円
	陶芸教室 昼間コース①※1	一般男女	13:00~14:30	5/12~6/9	5	10人	5000円
	陶芸教室 昼間コース②※1	一般男女	13:00~14:30	6/16~7/14	5	10人	5000円
	パンチ&キックエクササイズ	一般男女	18:40~19:40	4/14~6/23	10	25人	5200円
	ZUMBA®※2 ~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	4/14~6/16	5	25人	2600円
木	ZUMBA®※2 ~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	4/21~6/23	5	25人	2600円
	陶芸教室 夜間コース①※1	一般男女	18:30~20:00	5/13~6/10	5	10人	5000円
金	陶芸教室 夜間コース②※1	一般男女	18:30~20:00	6/17~7/15	5	10人	5000円
	ひさしぶりのピアノ	一般男女	9:50~10:50	4/9~6/25	10	10人	10500円
	はじめてのピアノ(初心者)	一般男女	11:00~12:00	4/9~6/25	10	10人	10500円
	赤ちゃん親子ビクス	0歳児と保護者	11:45~12:45	4/9~6/11	8	10組 20人	4100円
	インセンスヨガ~アロマプラス~	一般男女	13:30~14:30	4/9~6/25	10	30人	5200円
	趣味で楽しむピアノ	一般男女	14:00~15:00	4/9~6/25	10	10人	10500円
	チビっ子体操	未就学児(4~6歳)	16:30~17:30	4/9~6/25	10	12人	10500円
	すっきり爽快エアロ	一般男女	18:50~19:50	4/9~6/25	10	25人	5200円
日	キャンドルヨガ	一般男女	20:00~21:00	4/9~6/25	10	30人	5200円
	ステップエクササイズ&ストレッチ	一般男女	18:00~18:50	4/11~6/20	8	25人	4100円
	ウィークエンドヨガ ~デトックス+リフレッシュ~	一般男女	19:00~19:50	4/11~6/20	8	30人	4100円

※1…陶芸教室の申し込みは、各曜日①・②のいずれか一方のみ ※2…ZUMBAの申し込みは、③・④いずれか一方のみ