

品川健康センター 2024年度「第2期コース型教室」充足状況

	No. コース名 曜日 開始時間 定員 空き状況 残り人数						No. コース名 曜日 開始時間 定員 空き状況 残り人数						No. 曜日 開始時間 コース名 定員 空き状況 残り人数						No. 曜日 開始時間 定員 空き状況 残り人数										
	No.	コース名	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数	No.	コース名	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数	No.	曜日	開始時間	コース名	定員	空き状況	残り人数	No.	曜日	開始時間	定員	空き状況	残り人数		
体操	51	シェイプ&ストレッチ	水	20:00	35	空き有り	6名	131	親子ヨーガ (2ヶ月~1歳5ヶ月)	木	9:30	12	満員御礼		201	月	10:00	初級	6	満員御礼		301	月	14:00	10	残り僅か	2名		
	52	モーニングストレッチ	火	9:30	25	満員御礼		132	赤ちゃん親子・ママビューティー (1か月半~11ヶ月)	火	12:05	15	空き有り	6名	202	月	11:00	初中級	6	残り僅か	1名	302	月	15:00	10	空き有り	6名		
	53	健康リズム体操	火	13:00	35	残り僅か	5名	133	赤ちゃんと産後健康ダイエット (1か月半~11ヶ月)	★	金	10:45	15	満員御礼		203	月	12:00	初心者	7	残り僅か	3名	※303	月	16:00	10	残り僅か	3名	
	54	ダンベル&シェイプストレッチ	月	12:00	45	空き有り	16名	134	赤ちゃんケア産後ボディメイク (1か月半~11ヶ月)	水	12:35	20	空き有り	12名	204	月	13:00	初級	6	満員御礼		304	月	18:00	10	空き有り	5名		
	55	はじめて健康体操	木	14:15	25	空き有り	8名	135	ママとベビーのフィットリトミック (8ヶ月~1歳6ヶ月)	木	13:25	15	残り僅か	3名	205	月	18:00	初心者	7	空き有り	6名	305	月	19:00	10	空き有り	5名		
	56	姿勢改善トレーニング	木	15:30	25	残り僅か	5名	136	よちよち親子体操 (1歳~2歳6ヶ月)	水	13:50	20	満員御礼		206	月	19:00	初級	6	残り僅か	3名	306	月	20:00	10	残り僅か	3名		
	57	姿勢改善エクササイズ&ストレッチ	水	9:30	25	満員御礼		137	よちよち親子体操 (1歳~2歳6ヶ月)	★	土	13:35	20	残り僅か	3名	207	月	20:00	初心者	7	満員御礼		307	月	21:00	10	空き有り	6名	
	58	すっきり健康運動	水	10:45	25	残り僅か	1名	138	わんぱく親子体操 (2歳~6歳)	★	火	10:50	15	空き有り	11名	208	月	21:00	初級	6	残り僅か	1名	308	火	9:30	10	残り僅か	1名	
	59	いきいき健康体操	金	9:15	45	空き有り	27名	139	わんぱく親子体操 (2歳~6歳)	水	15:00	20	空き有り	7名	209	火	10:00	初心者	7	残り僅か	1名	309	火	10:30	10	残り僅か	1名		
	60	肩こり・腰痛解消教室	月	10:45	25	満員御礼		140	わんぱく親子・元気パパ (2歳~6歳)	日	11:45	20	満員御礼		210	火	11:00	初級	6	満員御礼		310	火	11:30	10	残り僅か	3名		
	61	肩こり・腰痛解消教室	★	月	12:00	25	空き有り	9名	141	親子・元気ファミリー (2歳~6歳)	★	土	14:45	20	満員御礼		211	火	12:00	初中級	6	満員御礼		311	火	14:00	10	残り僅か	1名
	62	肩こり・腰痛解消教室	木	10:50	25	満員御礼		142	親子・元気ファミリー (2歳~6歳)	日	13:00	20	満員御礼		212	火	13:00	初級	6	残り僅か	1名	312	火	15:00	10	空き有り	5名		
	63	かんたんリズム体操	木	12:05	25	空き有り	12名	143	親子で遊ビート体操 (3歳~6歳)	★	土	12:20	15	満員御礼		213	火	14:00	初中級	6	満員御礼		313	火	16:00	10	残り僅か	2名	
	64	筋肉トレーニング(初級)	土	10:30	25	満員御礼		144	親子で遊ビート体操 (3歳~6歳)	★	日	14:15	15	満員御礼		214	火	15:00	初心者	7	残り僅か	1名	314	火	17:20	10	残り僅か	1名	
	65	筋肉トレーニング(初級)	★	日	9:15	25	満員御礼		401	英語でリトミック (6ヶ月~1歳11ヶ月)	木	9:30	30	満員御礼		215	火	17:00	初級	6	空き有り	4名	315	火	18:20	10	満員御礼		
	66	筋肉トレーニング(初中級)	★	土	9:15	25	空き有り	6名	402	英語でリトミック (2歳~4歳11ヶ月)	★	木	10:50	30	空き有り	22名	216	火	18:00	初中級	6	満員御礼		316	火	19:20	10	満員御礼	
	67	筋肉トレーニング(初中級)	★	日	10:30	25	空き有り	6名	403	英語でリトミック (6ヶ月~1歳11ヶ月)	★	金	9:30	30	満員御礼		217	火	19:00	中級	6	満員御礼		317	火	20:20	10	満員御礼	
	68	身体メンテナンス	木	18:45	25	空き有り	14名	404	英語でリトミック (2歳~3歳11ヶ月)	★	金	10:50	30	空き有り	19名	218	火	20:00	初中級	6	満員御礼		318	水	14:00	10	空き有り	5名	
	69	骨盤調整エクササイズ	火	11:30	25	残り僅か	2名	155	キッズビート体操 (3歳6ヶ月~6歳)	火	15:40	16	満員御礼		219	水	18:00	初級	6	満員御礼		319	水	15:00	10	空き有り	5名		
	70	骨盤調整エクササイズ	木	20:00	25	空き有り	13名	156	ジュニアチャレンジ体操 (小1~小6)	火	16:50	20	残り僅か	2名	220	水	19:00	初心者	7	残り僅か	3名	320	水	16:00	10	空き有り	6名		
	71	美姿勢骨盤ケア	木	10:45	25	満員御礼		157	ジュニアチャレンジ体操 (小1~小6)	水	16:10	20	空き有り	7名	221	水	20:00	初級	6	満員御礼		321	水	17:00	クローズ				
	72	骨盤調整ストレッチ	水	10:30	25	残り僅か	1名	158	ヒヨコ (3~4歳)	月	14:20	10	満員御礼		222	水	21:00	初心者	7	満員御礼		322	水	19:00	10	空き有り	6名		
	73	かんたんエアロ	月	10:45	45	空き有り	19名	159	ヒヨコ (3~4歳)	火	14:20	10	満員御礼		223	木	10:00	初心者	7	空き有り	4名	323	水	20:00	10	残り僅か	3名		
	74	脂肪燃焼エアロ(初中級)	★	火	9:30	45	空き有り	6名	160	ヒヨコ (3~4歳)	金	14:40	10	満員御礼		224	木	11:00	初級	6	満員御礼		324	水	21:00	10	残り僅か	4名	
	75	脂肪燃焼エアロ(初中級)	★	日	9:15	45	空き有り	17名	161	ウサギ (5~6歳)	★	月	15:25	10	満員御礼		225	木	12:00	初心者	7	満員御礼		325	木	9:30	10	残り僅か	4名
	76	ボクシングフィットネス	土	20:00	45	空き有り	17名	162	ウサギ (5~6歳)	★	火	15:25	10	満員御礼		226	木	14:00	初級	6	残り僅か	3名	326	木	10:30	10	残り僅か	1名	
	77	マーシャルワークアウト	木	13:30	45	空き有り	37名	163	ウサギ (5~6歳)	★	金	15:50	10	満員御礼		227	木	15:00	初中級	6	残り僅か	3名	327	木	11:30	10	満員御礼		
	405	健康麻雀(8回)	月	14:30	16	満員御礼		164	パンダ (小1~小6)	★	月	16:30	14	満員御礼		228	木	18:00	初心者	7	満員御礼		328	木	14:00	10	満員御礼		
406	健康麻雀(8回)	月	18:30	16	空き有り	12名	165	パンダ (小1~小6)	★	月	17:40	14	満員御礼		229	木	19:00	初級	6	残り僅か	1名	329	木	15:00	10	満員御礼			
407	ボディクリエイト	月	12:30	40	空き有り	21名	166	パンダ (小1~小6)	★	火	16:30	14	満員御礼		230	木	20:00	初級	6	満員御礼		330	木	16:00	10	残り僅か	2名		
A	40代からの健康塾(14回)	★	金	13:15	25	満員御礼		167	パンダ (小1~小6)	★	火	17:40	14	満員御礼		231	金	10:00	初心者	7	残り僅か	1名	331	木	17:20	10	満員御礼		
B	40代からの健康塾(14回)	★	土	10:30	25	満員御礼		168	パンダ (小1~小6)	★	金	17:00	14	満員御礼		232	金	11:00	初級	6	満員御礼		※332	木	18:20	10	空き有り	5名	
80	美姿勢ストレッチ	火	19:00	25	空き有り	7名	169	キッズ空手(新極真会) (4歳~小2)	★	木	15:45	20	満員御礼		233	金	12:00	初級	6	満員御礼		333	木	19:20	10	満員御礼			
81	太極拳	火	11:45	45	空き有り	32名	170	キッズ空手(新極真会) (小1~小6)	★	木	17:00	20	満員御礼		234	金	13:00	初級	6	残り僅か	3名	334	木	20:20	10	満員御礼			
82	やさしい楽庵太極拳(初級)	水	9:30	45	空き有り	14名	171	キッズビートダンス~キュート (3歳6ヶ月~4歳)	★	木	14:40	15	満員御礼		235	金	18:00	初中級	6	残り僅か	3名	335	金	9:30	10	満員御礼			
83	リフレッシュヨーガ	火	10:15	25	残り僅か	1名	172	キッズビートダンス~ジャンプ (4~6歳)	★	木	15:55	15	残り僅か	2名	236	金	19:00	初級	6	満員御礼		336	金	10:30	10	満員御礼			
84	リフレッシュヨーガ	水	9:15	25	残り僅か	4名	173	ジュニアビートダンス (6歳~小6)	★	木	17:10	15	満員御礼		237	金	20:00	上級	6	残り僅か	1名	337	金	11:30	10	満員御礼			
85	リフレッシュヨーガ	水	12:45	25	空き有り	13名	174	ポップ&キュート (5~7歳)	★	火	15:55	16	空き有り	9名	238	土	10:00	初級	6	満員御礼		338	金	14:00	10	満員御礼			
86	リフレッシュヨーガ	水	18:45	25	残り僅か	1名	175	キッズダンス (小1~小6)	★	火	17:10	16	満員御礼		239	土	11:00	初心者	7	満員御礼		339	金	15:00	10	満員御礼			
87	リフレッシュヨーガ	水	20:00	25	満員御礼		176	キッズダンス (小1~小6)	★	金	17:10	20	空き有り	7名	240	土	12:00	中級	6	満員御礼		340	金	16:00	10	残り僅か	3名		
88	リフレッシュヨーガ	★	金	11:00	25	空き有り	12名	177	キッズK-POPダンス (5~7歳)	★	月	16:15	18	残り僅か	2名	241	土	13:00	初中級	6	満員御礼		※341	金	18:00	10	空き有り	6名	
89	リフレッシュヨーガ	★	金	20:00	25	残り僅か	4名	178	キッズK-POPダンス (小1~小6)	★	月	17:30	18	満員御礼		242	土	15:00	初級	6	満員御礼		342	金	19:00	10	満員御礼		
90	リフレッシュヨーガ	★	土	14:15	25	残り僅か	3名	179	キッズK-POPダンス (5~7歳)	★	水	16:30	18	空き有り	14名	243	土	16:00	初心者	7	空き有り	4名	343	金	20:00	10	空き有り	5名	
91	リフレッシュヨーガ	★	土	15:30	25	残り僅か	1名	180	キッズK-POPダンス (小1~小6)	★	水	17:40	18	空き有り	11名	244	土	17:00	初中級	6	満員御礼		344	金	21:00	10	空き有り	5名	
92	リフレッシュヨーガ	★	土	18:30	45	空き有り	20名	181	キッズチア (3歳6ヶ月~5歳)	★	月	15:50	16	満員御礼		245	日	10:00	初級	6	満員御礼		345	土	9:30	10	満員御礼		
93	姿勢改善ヨーガ	★	月	13:15	45	空き有り	39名	182	キッズチア (5歳~小2)	★	月	17:10	20	残り僅か	2名	246	日	11:00	初中級	6	残り僅か	1名	346	土	10:30	10	満員御礼		
94	アロマヨーガ	★	木	18:45	25	空き有り	11名	183	キッズチア (4~6歳)	★	水	15:30	12	残り僅か	5名	247	日	12:00	初心者	7	満員御礼		347	土	11:30	10	残り僅か	2名	
95	朝のゆったりヨーガ	★	金	9:40	25	空き有り	9名	184	キッズチア (小1~小4)	★	水	16:50																	