

品川健康センター 2024年度「第3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 |
| 51 | シェイプ&ストレッチ | 水 | 20:00 | 35 | 空き有り | 10名 | 131 | 親子ヨガ(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 | 1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 | 10:50 | 15 | 満員御礼 | | 202 | 月 | 11:00 | 初中級 | 6 | 満員御礼 | | 302 | 月 | 15:00 | 10 | 残り僅か | 4名 | |
| 53 | 健康リズム体操 | 火 | 13:00 | 35 | 空き有り | 17名 | 133 | 赤ちゃんと産後健康ダイエット(1か月半~11ヶ月) | ★ | 月 | 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 | 2名 |
| 54 | ダンベルシェイプ&ストレッチ | 月 | 12:00 | 45 | 空き有り | 24名 | 134 | 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 | 残り僅か | 2名 | 204 | 月 | 13:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 304 | 月 | 18:00 | 10 | 残り僅か | 4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ミック(8ヶ月~1歳6ヶ月) | 木 | 12:15 | 20 | 残り僅か | 3名 | 205 | 月 | 18:00 | 初心者 | 7 | 空き有り | 4名 | 305 | 月 | 19:00 | 10 | 空き有り | 6名 | |
| 56 | 姿勢改善トレーニング | 木 | 15:30 | 25 | 空き有り | 11名 | 136 | よちよち親子体操(1歳~2歳6ヶ月) | 水 | 13:50 | 20 | 残り僅か | 1名 | 206 | 月 | 19:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 306 | 月 | 20:00 | 10 | 空き有り | 8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 | 空き有り | 8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 | 空き有り | 7名 | 138 | わんぱく親子体操(2歳~6歳) | 水 | 15:00 | 20 | 残り僅か | 1名 | 208 | 月 | 21:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 308 | 火 | 9:30 | 10 | 残り僅か | 4名 | |
| 59 | いきいき健康体操 | 金 | 9:15 | 45 | 空き有り | 30名 | 139 | わんぱく親子・元気パパ(2歳~6歳) | 日 | 11:45 | 20 | 満員御礼 | | 209 | 火 | 10:00 | 初心者 | 7 | 残り僅か | 2名 | 309 | 火 | 10:30 | 10 | 満員御礼 | | |
| 60 | 肩こり・腰痛解消教室 | 月 | 10:45 | 25 | 空き有り | 6名 | 140 | 親子・元気ファミリー(2歳~6歳) | ★ | 土 | 14:45 | 20 | 満員御礼 | | 210 | 火 | 11:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 310 | 火 | 11:30 | 10 | 満員御礼 | |
| 61 | 肩こり・腰痛解消教室 | ★ | 月 | 12:00 | 25 | 空き有り | 8名 | 141 | 親子・元気ファミリー(2歳~6歳) | 日 | 13:00 | 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 | 2名 |
| 62 | 肩こり・腰痛解消教室 | 木 | 10:50 | 25 | 満員御礼 | | 142 | 親子で遊ビート体操(3歳~6歳) | ★ | 土 | 12:20 | 15 | 満員御礼 | | 212 | 火 | 13:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 312 | 火 | 15:00 | 10 | 残り僅か | 4名 |
| 63 | かんたんリズム体操 | 木 | 12:05 | 25 | 空き有り | 14名 | 143 | 親子で遊ビート体操(3歳~6歳) | ★ | 日 | 14:15 | 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 | 3名 |
| 64 | シェイプSTEP(中級) | 金 | 20:00 | 15 | 空き有り | 10名 | 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 | | 214 | 火 | 15:00 | 初心者 | 7 | 残り僅か | 2名 | 314 | 火 | 17:20 | 10 | 満員御礼 | | |
| 65 | 筋肉トレーニング(初級) | 土 | 10:30 | 25 | 満員御礼 | | 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 | 215 | 火 | 17:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 315 | 火 | 18:20 | 10 | 満員御礼 | | |
| 66 | 筋肉トレーニング(初級) | ★ | 日 | 9:15 | 25 | 満員御礼 | 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 | | 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) | 土 | 9:15 | 25 | 残り僅か | 2名 | 404 | 英語でリトミック(2歳~3歳11ヶ月) | 金 | 10:50 | 30 | 残り僅か | 2名 | 217 | 火 | 19:00 | 中級 | 6 | 満員御礼 | | 317 | 火 | 20:20 | 10 | 満員御礼 | | |
| 68 | 筋肉トレーニング(初中級) | 日 | 10:30 | 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 | | 218 | 火 | 20:00 | 初中級 | 6 | 満員御礼 | | 318 | 水 | 14:00 | 10 | 満員御礼 | | |
| 69 | 身体メンテナンス | 木 | 18:45 | 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 | 満員御礼 | | 219 | 水 | 10:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 319 | 水 | 15:00 | 10 | 残り僅か | 3名 | |
| 70 | 骨盤調整エクササイズ | 火 | 11:30 | 25 | 残り僅か | 3名 | 157 | ジュニアチャレンジ体操(小1~小6) | 水 | 16:10 | 20 | 空き有り | 6名 | 220 | 水 | 11:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 320 | 水 | 16:00 | 10 | 空き有り | 5名 | |
| 71 | 骨盤調整エクササイズ | 木 | 20:00 | 25 | 空き有り | 13名 | 158 | ヒヨコ(3~4歳) | 月 | 14:20 | 10 | 満員御礼 | | 221 | 水 | 12:00 | 初級 | 6 | 残り僅か | 2名 | 321 | 水 | 17:00 | 10 | 空き有り | 8名 | |
| 72 | 美姿勢骨盤ケア | 木 | 10:45 | 25 | 満員御礼 | | 159 | ヒヨコ(3~4歳) | 火 | 14:20 | 10 | 満員御礼 | | 222 | 水 | 13:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 322 | 水 | 19:00 | 10 | 残り僅か | 4名 | |
| 73 | 骨盤調整ストレッチ | 水 | 10:30 | 25 | 残り僅か | 3名 | 160 | ヒヨコ(3~4歳) | 金 | 14:40 | 10 | 満員御礼 | | 223 | 水 | 18:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 323 | 水 | 20:00 | 10 | 満員御礼 | | |
| 74 | かんたんエアロ | 月 | 10:45 | 45 | 空き有り | 20名 | 161 | ウサギ(5~6歳) | ★ | 月 | 15:25 | 10 | 満員御礼 | | 224 | 水 | 19:00 | 初心者 | 7 | 満員御礼 | | 324 | 水 | 21:00 | 10 | 残り僅か | 1名 |
| 75 | 脂肪燃焼エアロ(中級) | ★ | 火 | 9:30 | 45 | 空き有り | 162 | ウサギ(5~6歳) | 火 | 15:25 | 10 | 満員御礼 | | 225 | 水 | 20:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 325 | 木 | 9:30 | 10 | 空き有り | 7名 | |
| 76 | 脂肪燃焼エアロ(中級) | ★ | 日 | 9:15 | 45 | 空き有り | 163 | ウサギ(5~6歳) | 金 | 15:50 | 10 | 満員御礼 | | 226 | 水 | 21:00 | 初心者 | 7 | 満員御礼 | | 326 | 木 | 10:30 | 10 | 残り僅か | 3名 | |
| 77 | ボクシングフィットネス | 土 | 20:00 | 45 | 空き有り | 15名 | 164 | パンダ(小1~小6) | 月 | 16:30 | 14 | 満員御礼 | | 227 | 木 | 10:00 | 初心者 | 7 | 残り僅か | 3名 | 327 | 木 | 11:30 | 10 | 残り僅か | 3名 | |
| 78 | スライクボクシング | 木 | 13:30 | 20 | 空き有り | 16名 | 165 | パンダ(小1~小6) | 月 | 17:40 | 14 | 満員御礼 | | 228 | 木 | 11:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 328 | 木 | 14:00 | 10 | 満員御礼 | | |
| 405 | 健康麻雀(8回) | 月 | 14:30 | 16 | 満員御礼 | | 166 | パンダ(小1~小6) | 火 | 16:30 | 14 | 満員御礼 | | 229 | 木 | 12:00 | 初心者 | 7 | 残り僅か | 1名 | 329 | 木 | 15:00 | 10 | 残り僅か | 1名 | |
| 406 | 健康麻雀(8回) | 月 | 18:30 | 16 | 空き有り | 12名 | 167 | パンダ(小1~小6) | 火 | 17:40 | 14 | 満員御礼 | | 230 | 木 | 14:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 330 | 木 | 16:00 | 10 | 空き有り | 5名 | |
| 407 | ボディクリエイト | 月 | 12:30 | 40 | 空き有り | 21名 | 168 | パンダ(小1~小6) | 金 | 17:00 | 14 | 満員御礼 | | 231 | 木 | 15:00 | 初中級 | 6 | 満員御礼 | | 331 | 木 | 17:20 | 10 | 残り僅か | 1名 | |
| 1 | 40代からの健康塾(14回) | ★ | 金 | 13:15 | 25 | 満員御礼 | 169 | キッズ空手(新種真会)(4歳~小2) | ★ | 木 | 15:45 | 20 | 満員御礼 | | 232 | 木 | 18:00 | 初心者 | 7 | 残り僅か | 2名 | ※332 | 木 | 18:20 | 10 | 残り僅か | 2名 |
| 2 | 40代からの健康塾(14回) | ★ | 土 | 10:30 | 25 | 満員御礼 | 170 | キッズ空手(新種真会)(小1~小6) | ★ | 木 | 17:00 | 20 | 残り僅か | 1名 | 233 | 木 | 19:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 333 | 木 | 19:20 | 10 | 満員御礼 | |
| 80 | 美姿勢ストレッチ | 火 | 19:00 | 25 | 空き有り | 7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 | 残り僅か | 4名 | 234 | 木 | 20:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 334 | 木 | 20:20 | 10 | 満員御礼 | | |
| 81 | 太極拳&氣功 | 火 | 12:10 | 25 | 空き有り | 10名 | 172 | キッズビートダンス~ジャンプ(4~6歳) | ★ | 木 | 15:55 | 15 | 空き有り | 6名 | 235 | 金 | 10:00 | 初心者 | 7 | 満員御礼 | | 335 | 金 | 9:30 | 10 | 満員御礼 | |
| 82 | やさしい一楽庵太極拳(初級) | 水 | 9:30 | 45 | 空き有り | 15名 | 173 | ジュニアビートダンス(6歳~小6) | 木 | 17:10 | 15 | 空き有り | 9名 | 236 | 金 | 11:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 336 | 金 | 10:30 | 10 | 満員御礼 | | |
| 83 | リフレッシュヨガ | 月 | 13:00 | 25 | 空き有り | 18名 | 174 | ポップ&キュート(5~7歳) | 火 | 15:55 | 16 | 空き有り | 7名 | 237 | 金 | 12:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 337 | 金 | 11:30 | 10 | 満員御礼 | | |
| 84 | リフレッシュヨガ | 火 | 10:15 | 25 | 空き有り | 6名 | 175 | キッズダンス(小1~小6) | 火 | 17:10 | 16 | 残り僅か | 2名 | 238 | 金 | 13:00 | 初級 | 6 | 残り僅か | 1名 | 338 | 金 | 14:00 | 10 | 満員御礼 | | |
| 85 | リフレッシュヨガ | 水 | 9:15 | 25 | 空き有り | 6名 | 176 | キッズダンス(小1~小6) | 金 | 17:10 | 20 | 空き有り | 9名 | 239 | 金 | 18:00 | 初中級 | 6 | 満員御礼 | | 339 | 金 | 15:00 | 10 | 満員御礼 | | |
| 86 | リフレッシュヨガ | 水 | 12:45 | 25 | 空き有り | 15名 | 177 | キッズK-POPダンス(5~7歳) | ★ | 月 | 16:15 | 18 | 空き有り | 6名 | 240 | 金 | 19:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 340 | 金 | 16:00 | 10 | 満員御礼 | |
| 87 | リフレッシュヨガ | 水 | 18:45 | 25 | 残り僅か | 3名 | 178 | キッズK-POPダンス(小1~小6) | ★ | 月 | 17:30 | 18 | 残り僅か | 4名 | 241 | 金 | 20:00 | 上級 | 6 | 満員御礼 | | ※341 | 金 | 18:00 | 10 | 空き有り | 7名 |
| 88 | リフレッシュヨガ | 水 | 20:00 | 25 | 満員御礼 | | 179 | キッズK-POPダンス(5~7歳) | 水 | 16:30 | 18 | 空き有り | 9名 | 242 | 土 | 10:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 342 | 金 | 19:00 | 10 | 残り僅か | 3名 | |
| 89 | リフレッシュヨガ | ★ | 金 | 11:00 | 25 | 空き有り | 180 | キッズK-POPダンス(小1~小6) | 水 | 17:40 | 18 | 残り僅か | 3名 | 243 | 土 | 11:00 | 初心者 | 7 | 満員御礼 | | 343 | 金 | 20:00 | 10 | 残り僅か | 3名 | |
| 90 | リフレッシュヨガ | ★ | 金 | 20:00 | 25 | 空き有り | 181 | キッズチア(3歳6ヶ月~5歳) | 月 | 15:50 | 16 | 残り僅か | 4名 | 244 | 土 | 12:00 | 中級 | 6 | 満員御礼 | | 344 | 金 | 21:00 | 10 | 空き有り | 5名 | |
| 91 | リフレッシュヨガ | 土 | 14:10 | 25 | 残り僅か | 3名 | 182 | キッズチア(5歳~小2) | ★ | 月 | 17:10 | 20 | 残り僅か | 4名 | 245 | 土 | 13:00 | 初中級 | 6 | 満員御礼 | | 345 | 土 | 9:30 | 10 | 満員御礼 | |
| 92 | リフレッシュヨガ | 土 | 15:20 | 25 | 残り僅か | 3名 | 183 | キッズチア(4~6歳) | ★ | 水 | 15:30 | 12 | 空き有り | 7名 | 246 | 土 | 15:00 | 初級 | 6 | 満員御礼 | | 346 | 土 | 10:30 | 10 | 満員御礼 | |
| 93 | リフレッシュヨガ | 土 | 18:40 | 45 | 空き有り | 22名 | 184 | キッズチア(小1~小4) | ★ | 水 | 16:50 | 12 | 満員御礼 | | 247 | 土 | 16:00 | 初心者 | 7 | 満員御礼 | | 347 | 土 | 11:30 | 10 | 満員御礼 | |
| 94 | セルフメンテナンスヨガ | 月 | 9:30 | 25 | 空き有り | 25名 | 185 | スイートビー(小1~小6) | 水 | 17:30 | 20 | 空き有り | 12名 | 248 | 土 | 17:00 | 初中級 | 6 | 満員御礼 | | 348 | 土 | 12:30 | 10 | 残り僅か | 3名 | |
| 95 | アロマヨガ | 木 | 18:45 | 25 | 空き有り | 14名 | 186 | スイートビー(4歳~小2) | 金 | 15:50 | | | | | | | | | | | | | | | | | |