

富士通スタジアム川崎 「健康教室」タイムテーブル

	月曜日		火曜日	水曜日		木曜日		金曜日
	1階	2階	1階	1階	2階	1階	2階	1階
9:30	9:30~10:30 健康体操	9:30~10:30 健康体操	9:30~10:30 楽しく踊って♪ 燃焼エアロ			9:30~10:30 シェイプアップ ボクシング	9:30~10:30 リンパ ストレッチ	9:30~10:30 優しい ピラティス
10:00	健康体操	体幹アップ①			10:00~11:00 HIITトレーニング de シェイプアップ			
10:30								
11:00	11:00~12:00 健康体操	11:00~12:00 さわやか健康 ヨガ	11:00~12:00 骨盤調整 ヨガ	11:00~12:00 壮快！健康体操		11:00~12:00 エンジョイ フラ	11:00~12:00 カラダ調整 ヨガ	11:00~12:00 ビューティー パワーヨガ
11:30	体幹アップ②							
12:00								
12:30								
13:00			13:00~14:00 ゆるやかヨガ A	13:00~14:00 座タッ ダンス 健康法				13:00~14:00 健康 パワーアップA
13:30	13:30~14:30 健康体操							
14:00	リズムエクササイズ		14:20~15:20 ゆるやかヨガ B			14:00~15:00 ラテン エクササイズ		14:20~15:20 健康 パワーアップB
14:30								
15:00								
15:30								
16:00			定期教室（15歳以上）事前申し込み			16:00~16:45 キッズHipHop		
16:30			小学生向け（小1～小6）事前申し込み					
17:00			60歳以上向け 事前申し込み			17:00~18:00 ジュニアHipHop		
17:30			1dayエアロ（300円）申込不要					
18:00			1dayエクササイズ（500円）申込不要					



1dayエアロ（300円）
※屋外アップフィールドで開催。
1dayエクササイズ（500円）
は申込不要。
当日参加OKのクラスで
す。当日受付で参加費を
お支払いください。

往復ハガキ記入例

往信の表	返信の裏	返信の表	往信の裏
210-0011 川崎区富士見2-1-9 富士通スタジアム川崎 健康教室 係	何も書かないで ください	000-0000 お申込者の方の住所 お申込者のお名前 様	ご希望の教室名 ① お名前（ふりがな） ② 年齢 ③ 性別 ④ 住所 ⑤ 電話番号 ⑥ キッズは学校名・学年 ⑦ 保護者名

必ずお読みください

※応募は応募用紙または 往復ハガキ 1枚につき1教室1名とさせていただきます。
※申込は、応募用紙または 往復ハガキにて先着順で受付いたします。
※定員に満たない場合は、締め切り後、電話で受け付けいたします。
※申込事項の記入に遅れや不備がある場合は受付いたしかねる場合があります。
※教室申込ご本人以外の方の代行受講については、権利の譲渡になるためできません。
※参加者以外の方やお子様のご同伴はご遠慮ください。
※妊娠されている方の参加は母体の安全を考慮し、ご遠慮いただいております。
※一度納入された受講料は返してきませんのでご了承ください。
※参加にあたりご記入いただきました情報は、教室運営のみに使用し、その他の目的には
使用いたしません。また、教室終了後は破棄いたします。
※貴重品の管理は利用者でお願いいたします。盗難などの責任は負いません。
※天候や施設の状況等により、日程の変更や中止となる場合がありますのでご了承ください。
※その他、ご不明な点などありましたら、お電話にてお問合せください。

感染症対策実施中



【スポーツ保険について】

※各教室ではレクリエーション保険に加入しておりますが、ご心配な方は個人のスポーツ保険に加入される事をお勧めいたします。

【個人情報について】

※各種教室、イベントの風景写真等は富士通スタジアム川崎（株式会社川崎フロンターレ）の広報・宣伝等に使用させていただきます。※いただいたアドレスに富士通スタジアム川崎の情報を記載したメールをお送りする場合がございます。※お客様の住所や氏名などの個人情報は、川崎フロンターレにて厳重に管理いたします。※個人情報の取り扱いにご承諾いただける方のみご応募ください。



FUJITSU

富士通スタジアム川崎

冬の健康教室

～定期教室・1DAYエクササイズのご案内～

体験随時受付中！

・定期教室・・・650円（15歳以上の方）

・体幹アップ
（9：30～10：30/毎週月曜）

・リズムエクササイズ
（13：30～14：30/毎週月曜）

・・・300円（60歳以上の方）



お一人様、各教室

1回に限り体験できます

詳しくはお問い合わせ下さい ☎



問い合わせ先

TEL. 090-6925-8662

〒210-0011 神奈川県川崎市川崎区富士見2-1-9

【電話受付／平日 9:00～16:30】



富士通スタジアム川崎 検索

<http://www.kawasaki-fujimi.com>

※記載内容は予告なく変更や中止することがあります。予めご了承ください。

