



カルッツかわさき  
川崎市スポーツ・文化総合センター

2017年10～12月  
スポーツ教室開催スケジュール



教室番号	教室名	時間	曜日	開催日
1	シェイプアップエアロ	10:45～11:45	月	10月 16日、23日、30日
2	卓球教室	9:30～11:30	月	11月 6日、13日、20日、27日
3	バドミントン教室	13:00～15:00	月	12月 4日、11日、18日
4	太極拳	9:30～10:30	火	
5	やさしいヨガ	10:45～11:45	火	10月 10日、17日、24日、31日
6	グループファイト①	19:00～20:00	火	11月 7日、14日、21日、28日
7	リフレッシュヨガ	20:15～21:15	火	12月 5日、12日
8	フラダンス①	11:30～12:30	水	
9	リラックスヨガ	12:40～13:40	水	10月 11日、18日、25日
10	ZUMBA①	13:55～14:55	水	11月 1日、8日、15日、22日、29日
11	ピラティス	19:00～20:00	水	12月 6日、13日
12	ZUMBA②	20:15～21:15	水	
13	リラクゼーションヨガ	9:10～10:10	木	
14	フラダンス②	10:20～11:20	木	
15	ボディケア	11:30～12:30	木	10月 12日、19日、26日
16	かんたんエアロ	12:40～13:40	木	11月 2日、9日、16日、30日
17	ビューティーピラティス	13:55～14:55	木	12月 7日、14日、21日
18	ヨガ	19:00～20:00	木	
19	グループファイト②	20:15～21:15	木	
20	かんたんピラティス	10:20～11:20	金	
21	らくらく健康体操	11:30～12:30	金	10月 13日、20日、27日
22	いきいき健康体操	12:40～13:40	金	11月 10日、17日、24日
23	エアロビクス	13:50～14:50	金	12月 1日、8日、15日、22日
24	ベビーヨガ	9:30～11:30	月	10月 16日、23日、30日
25	川崎フロンターレフットサル教室①	15:50～17:00	月	11月 6日、13日、20日、27日
26	川崎フロンターレフットサル教室②	17:10～18:20	月	12月 4日、11日、18日
27	キッズ空手	15:30～16:30	火	
28	ジュニア空手	16:45～17:45	火	10月 10日、17日、24日、31日
29	富士通レッドウェーブ①	16:30～17:40	火	11月 7日、14日、21日、28日
30	富士通レッドウェーブ②	17:50～19:00	火	12月 5日、12日
31	よちよち親子	9:10～10:10	水	
32	わんぱく親子	10:20～11:20	水	10月 11日、18日、25日
33	キッズチア	15:10～16:10	水	11月 1日、8日、15日、22日、29日
34	ジュニアチア①	16:25～17:25	水	12月 6日、13日
35	ジュニアチア②	17:40～18:40	水	
36	キッズダンス	15:10～16:10	木	10月 12日、19日、26日
37	ジュニアダンス①	16:25～17:25	木	11月 2日、9日、16日、30日
38	ジュニアダンス②	17:40～18:40	木	12月 7日、14日、21日
39	親子フィットリトミック	9:10～10:10	金	
40	キッズ体操	15:00～16:00	金	10月 13日、20日、27日
41	ジュニア体操①	16:10～17:10	金	11月 10日、17日、24日
42	ジュニア体操②	17:20～18:20	金	12月 1日、8日、15日、22日