

開講曜日	クラス名	開講週	開始時刻	再開日
月	自由が丘ピンポンクラブ	毎週	10:00	7月6日
月	健康体操ラムーヴ	毎週	10:00	6月22日
月	気分爽快・ダンスエクササイズ	毎週	11:45	7月6日
火	ストレッチ&リズム	毎週	10:30	未定
火	お昼のストレッチ&リズム	毎週	12:10	未定
火	陳式太極拳	第2・4	13:45	7月14日
火	心と体を癒す相川ヨガ	毎週	14:00	7月7日
火	男のビリヤード・スリークッション入門	第2・4	14:30	7月7日
水	女性のための楽しいビリヤード	第2・4	10:30	7月8日
水	50歳からのアンチエイジング体操	毎週	10:30	6月24日
水	女性のオーダーメイド体操	毎週	10:30	7月1日
水	楊式太極拳	毎週	10:30	7月1日
水	マイフィットネス	毎週	12:30	7月1日
水	アクティブヨーガ	毎週	12:30	6月24日
水	医療気功でリフレッシュ	第1・3	19:15	未定
木	自彊術	毎週	10:00	8月6日
木	ゆる体操 初級	第1・3	10:30	7月2日
木	いきいき音楽体操	毎週	10:30	7月2日
木	プレムヨーガ	毎週	12:00	未定
木	甲野陽紀の身体匠工房 in 自由が丘A	毎週	13:00	7月9日
木	自由が丘ピンポンクラブ	毎週	13:30	7月9日
木	甲野陽紀の身体匠工房 in 自由が丘B	毎週	14:30	7月9日
木	骨盤健康体操	毎週	19:00	7月2日
木	骨盤健康体操・脂肪燃焼リズムウォーク	毎週	19:00	7月2日
木	脂肪燃焼リズムウォーク	毎週	20:05	7月2日
金	医療気功<入門>	毎週	10:10	未定
金	医療気功<中級>	第3	10:10	未定
金	楊名時の健康太極拳	第2・4	10:30	7月31日
金	医療気功<実践>	第3	11:30	未定
金	合気道	毎週	19:15	未定
土	整美体操	毎週	10:30	7月4日
土	フェルデンクライスメソッド	毎週	10:30	7月4日
土	フェルデンクライスメソッド<隔週>	第2・4	10:30	7月11日
土	空手道	毎週	11:00	7月18日
土	空手道<1・3土>	第1・3	11:00	7月18日
土	空手道<2・4土>	第2・4	11:00	7月25日
土	腰周り脂肪燃焼エクササイズ	第2・4	13:30	未定

土	ジークンドー 1	毎週	14:10	7月18日
土	ジークンドー 1・2	毎週	14:10	7月18日
土	ジークンドー 2	毎週	16:00	7月18日
土	常松 勝の通背拳	毎週	18:30	7月18日
日	やさしいフィットネスバレエ	第2・4	10:00	7月12日
日	日曜のゆったり太極拳	第1・3	10:30	7月19日
日	やさしい居合道	第2・4	11:00	6月28日
日	居合・剣術（柳生新陰流）入門	第2・4	13:00	6月28日
日	阿波踊り体操	第1・3	13:00	6月21日
日	合気道	毎週	14:45	未定
金、日	合気道（週2回クラス）	毎週	14:45	未定