

健康体操教室ハローフレンズ

イノア

コース会員募集中！！

親子で体操



親子 1 ⇒ 未就学のお子様と保護者
親子総合 (月) (金) ⇒ すべての年齢のお子様と保護者
初めての親子 (月) ⇒ 未就園のお子様と保護者

親子で楽しくふれあい体操

親子ダンス体操 (土) ⇒ すべての年齢の
お子様と保護者

ダンスで楽しく親子のコミュニケーション

50歳未満若い方 の体操

U50 (金)



リズムに合わせて楽しく動きストレス解消。
今だからできる動き、まだできる動きに挑戦しながら
ストレス解消。
ちょっとたるんだおなかもシェイプアップ！

コース会員は入会金
不要だよ

子どもと保護者の体操

子ども 1・2 (金) (土) ⇒ 園児・小学生以上

子ども 3 ⇒ 年長以上で子どもクラス
2年以上経験

エアトラック、縄跳び、ボールなどを使い
運動のための感覚や基本要素を身につけ
ます。
※保護者も別室で体操します。

子ども連れOK！(小学生まで無料。中学生からは、1回1,200円をいただきます。)



無料開放日は、どなたでも(会員さんも)無料です！！

- 新規コース会員のみ、コース途中から参加もOK！！残りの回数分の代金を頂きます。
- 無料開放日以外に、一般会員入会前1回のみ無料体験していただくことができます！
- 継続される方は、前クールのうちにお申し込み下さい。釣銭のないようにご協力お願いします。
 - (参加費) = (各コース1回あたりの料金) × (回数) + (お見舞金制度加入金 100円)
 - お見舞金制度加入金は、1コースお申し込みごとに+100円をいただいております。
 - 子どもと保護者の体操参加費 = (お子様1人1回320円 × 回数) + (保護者何人でも1回110円) × (回数 - 1回) + お見舞金制度100円 (※子どもの参加費兄弟2人目からは1回210円)
- 一度納入された受講料は、返金できません。予めご了承ください。
- 欠席の場合は、必ずご連絡ください。

健康体操教室 ハローフレンズ イノア 住所⇒東浦町緒川相生の丘8-3 TEL⇒0562-77-3607

ホームページ <http://hello-friends-inoa.com>

メールアドレス hello-friends-inoa@ma.medias.ne.jp

お気軽にお問い合わせください★

* 令和6年度 第2クール(8月~10月) *

★親子で体操★

クラス名	曜日	無料 開放日	開催日	回数	コース1回 あたり	基本金額		3人まで (4人目から)
親子1 13:30~14:30	土	8/3	8/10. 24. 31 9/7. 14. 21. 28 10/5. 12. 19. 26	11回	420円 (520円)	4,620円 (5,720円)	±お見舞金制度 加入金100円	4,720円 (5,820円)
親子 ダンス体操 16:00~17:00	土	8/3	8/10. 31 9/7. 14. 28 10/5. 12. 26	8回	420円 (520円)	3,360円 (4,160円)	±お見舞金制度 加入金100円	3,460円 (4,260円)
親子総合 16:15~17:15	月	8/5	8/12. 19. 26 9/2. 9. 30 10/7. 21. 28	9回	420円 (520円)	3,780円 (4,680円)	±お見舞金制度 加入金100円	3,880円 (4,780円)
親子総合 16:00~17:00	金	8/2	8/9. 23. 30 9/6. 13. 20. 27 10/4. 11. 18. 25	11回	420円 (520円)	4,620円 (5,720円)	±お見舞金制度 加入金100円	4,720円 (5,820円)
初めての親子 10:00~11:00	月	8/5	8/12. 19. 26 9/2. 9. 30 10/7. 21. 28	9回	320円	2,880円	±お見舞金制度 加入金100円	2,980円

※「初めての親子」以外のクラス、()内金額、登録家族が4人以上の場合は1回520円になります

★子どもと保護者の体操★



※太字斜体の日程は保護者の方の体操の日です

保護者参加費

クラス名	曜日	無料 開放日	開催日	回数	コース1回 あたり	基本金額	1人分 (2人分) 参加費	
子ども1・2 15:00~16:00 子ども3 17:00~18:00	土	8/3	8/10. 24. 31 9/7. 14. 21. 28 10/5. 12. 19. 26	11回	320円 (210円)	3,520円 (2,310円)	+1,100円 ±お見舞金制度 加入金100円	4,720円 (7,130円)
子ども1・2 17:00~18:00	金	8/2	8/9. 23. 30 9/6. 13. 20. 27 10/4. 11. 18. 25	11回	320円 (210円)	3,520円 (2,310円)	+1,100円 ±お見舞金制度 加入金100円	4,720円 (7,130円)

※()内金額、兄弟で2人目からは1回あたり210円の参加費

★土曜の子ども1と子ども2は、こども1・2(土曜 15:00~16:00)に統合となりました。

★50歳未満若い方の体操★

※U50クラス+2,000円でU50フリークラス とってもお得!

クラス名	曜日	無料 開放日	開催日	回数	コース1回 あたり	基本金額
U50 10:00~11:30	金	8/2	8/9. 23. 30 10/4. 11. 18. 25	11回	520円	±お見舞金制度 加入金100円