

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⇒保育園までのお子様と保護者
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
お父さんお母さん 頑張ると
子どももがんばる

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⇒保育園児から小学 1 年生
子ども 2⇒おおむね小学 2 年生以上
子ども 3⇒保育園年長以上で子どもクラス
2 年以上経験
子ども 1・2（金）⇒子ども 1 か 2 に該当
する子ども

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！

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5年度 第3クール(11月~1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	11/4	11/11. 18. 25 12/2. 9. 16. 23 1/6. 13. 20. 27	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)
親子総合 16:15~17:15	月	11/6	11/13. 20. 27 12/4. 11. 18. 25 1/15. 22. 29	10回	420円 (520円)	4,200円 (5,200円)	+お見舞金制度 加入金100円	4,300円 (5,300円)
親子総合 16:00~17:00	金	11/10	11/17. 24 12/1. 8. 15. 22 1/12. 19. 26	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)
初めての親子 10:00~11:00	月	11/6	11/13. 20. 27 12/4. 11. 18. 25 1/15. 22. 29	10回	320円	3,200円	+お見舞金制度 加入金100円	3,300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・3 1. 15:00~ 2. 16:00~ 3. 17:00~	土	11/4	11/11. 18. 25 12/2. 9. 16. 23 1/6. 13. 20. 27	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	11/10	11/17. 24 12/1. 8. 15. 22 1/12. 19. 26	9回	320円 (210円)	2,880円 (1,890円)	+880円 +お見舞金制 度加入金100 円	3,860円 (5,850円)

※()内金額、兄弟で2人目からは1回あたり210円の参加費

★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	11/10	11/17. 24 12/1. 8. 15. 22 1/12. 19. 26	9回	520円	+お見舞金制度 加入金100円	4,780円