

令和8年度 第1クール(5月~7月)

# 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

### 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420円×回数)+(保護者何人でも1回150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310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](mailto:hello-friends-inoa@ma.medias.ne.jp) お気軽にお問い合わせください★



# \* 令和 8 年度 第 1 クール (5 月~7 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	5/9	5/16. 23. 30 6/6. 13. 20. 27 7/4. 11. 18. 25	11回	520円 (620円)	5,720円 (6,820円)	+お見舞金制度 加入金100円	5,820円 (6,920円)
親子 ダンス体操 16:00~17:00	土	令和7年度第4クールをもちまして閉講(終了)いたしました。						
親子総合 16:15~17:15	月	5/11	5/18. 25 6/1. 8. 15. 22 7/6. 13. 27	9回	520円 (620円)	4,680円 (5,580円)	+お見舞金制度 加入金100円	4,780円 (5,680円)
親子総合 16:00~17:00	金	5/8	5/15. 22. 29 6/5. 12. 19. 26 7/10. 17. 24. 31	11回	520円 (620円)	5,720円 (6,820円)	+お見舞金制度 加入金100円	5,820円 (6,920円)
初めての親子 10:00~11:00	月	5/11	5/18. 25 6/1. 8. 15. 22 7/6. 13. 27	9回	420円	3,780円	+お見舞金制度 加入金100円	3,880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620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 15:15~16:15 子ども3 16:45~17:45	土	5/9	<b>5/16. 23.</b> <b>6/6. 13. 20. 27</b> 7/4. <b>11. 18. 25</b>	10回	420円 (310円)	4,200円 (3,100円)	+1,350円 +お見舞金制度 加入金100円	5,650円 (8,850円)
子ども1・2 17:00~18:00	金	5/8	<b>5/15. 22. 29</b> <b>6/5. 12. 19. 26</b> 7/10. <b>17. 24. 31</b>	11回	420円 (310円)	4,620円 (3,410円)	+1,500円 +お見舞金制度 加入金100円	6,220円 (9,730円)

※( )内金額、兄弟で2人目からは1回あたり310円の参加費

注:子ども1・2(土)、子ども3は令和8年度第1クールより時間が変更となります。

## ★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	5/8	5/15. 22. 29 6/5. 12. 19. 26 7/10. 17. 24. 31	11回	620円	+お見舞金制度 加入金100円	6,920円