

令和8年度 第3クール(11月~1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

コース会員は入会金
不要だよ



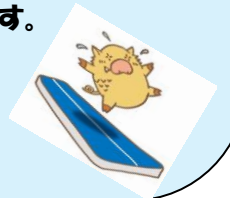
子どもと保護者の体操

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

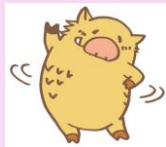
エアトラック、縄跳び、ボールなどを使い
運動のための感覚や基本要素を身につけ
ます。

※保護者も別室で体操します。



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！

★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 お気軽にお問い合わせください★



* 令和 8 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	11/7	11/14. 21. 28 12/5. 19. 26 1/9. 16. 23. 30	10 回	520 円 (620 円)	5,200 円 (6,200 円)	<u>±お見舞金制度</u> 加入金 100 円	5,300 円 (6,300 円)
親子総合 16:15~17:15	月	11/2	11/9. 16. 30 12/7. 14. 21 1/18. 25	8 回	520 円 (620 円)	4,160 円 (4,960 円)	<u>±お見舞金制度</u> 加入金 100 円	4,260 円 (5,060 円)
親子総合 16:00~17:00	金	11/6	11/13. 20. 27 12/4. 11. 18. 25 1/8. 15. 22. 29	11 回	520 円 (620 円)	5,720 円 (6,820 円)	<u>±お見舞金制度</u> 加入金 100 円	5,820 円 (6,920 円)
初めての親子 10:00~11:00	月	11/2	11/9. 16. 30 12/7. 14. 21 1/18. 25	8 回	420 円	3,360 円	<u>±お見舞金制度</u> 加入金 100 円	3,460 円

※「初めての親子」以外のクラスは、登録家族が4人以上の場合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	土	11/7	11/14. 21. 28 12/5. 26 1/9. 16. 23	8 回	420 円 (310 円)	3,360 円 (2,480 円)	+1,050 円 <u>±お見舞金制度</u> 加入金 100 円	4,510 円 (7,090 円)
子ども 3 16:45~17:45	土	11/7	11/14. 21. 28 12/5. 26 1/9. 16. 23. 30	9 回	420 円 (310 円)	3,780 円 (2,790 円)	+1,200 円 <u>±お見舞金制度</u> 加入金 100 円	5,080 円 (7,970 円)
子ども 1・2 17:00~18:00	金	11/6	11/13. 20. 27 12/4. 11. 18. 25 1/8. 15. 22. 29	11 回	420 円 (310 円)	4,620 円 (3,410 円)	+1,500 円 <u>±お見舞金制度</u> 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 

★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	11/6	11/13. 20. 27 12/4. 11. 18. 25 1/8. 15. 22. 29	11 回	620 円	<u>±お見舞金制度</u> 加入金 100 円	6,920 円