

R4.6~



# 総合スポーツクリエイション

名古屋市熱田区西幸通2-4-2  
生涯スポーツセンタービル 5F  
TEL:052-678-3020  
<http://www.ssc.or.jp/>

LINE



Instagram



HP



## 講座案内

\*休館日:日曜日・GW・年末年始および店舗営業カレンダーに準ずる

子連れOK お子様連れでご参加出来ます!

会費 1ヶ月払い 6,270円(税込・保険料込)  
(社交ダンス・空手・太鼓・三味線・隔週講座は別)  
ウケホ会員 12,980円(税込・保険料込)  
(回数券受講できる講座をいつでも受け放題!!)  
入会金無料・事務手数料 1,100円(税込)

パーソナルトレーニング(45分) 5,500円~(税込)  
パーソナルトレーニング回数券  
(6回券27,500円・8回券34,760円・12回券49,500円)(税込)  
パーソナルストレッチ(30分) 3,300円(税込)  
ストレッチ回数券 6回券 16,500円(税込)  
どちらも出張受け付けます。\*回数券有効期限2ヶ月  
バレエパーソナルレッスン(45分) 5,500円(税込) 要予約  
\*バレエは出張はありませぬ。

講座受講回数券 6回券 11,000円(税込)  
\*回数券有効期限2ヶ月  
この色の講座受講が可能

2022年6月2日 現在

	月		火		水		木		金		土		現在	
	2F	5F	2F	5F	2F	5F	2F	5F	2F	5F	2F	5F		
10:00												子連れOK	10:00	
10:30		スタンダード ヨガ 90分講座 10:00~11:30 長巻さゆり		貸しフロア 楊名時八段錦 太極拳 10:00~11:30									10:30	
11:00						子連れOK							11:00	
11:30						からだフィットネス 60分講座 11:15~12:15 KEN		お尻引締め プラスアツヨガ 60分講座 11:15~12:15 TAKAKO		背骨 コンディショニング 体操 90分講座 10:30~12:00 西村国将		バレエパーソナル レッスン (幼児~大人対応) (45分間/人) 10:00~12:00 要予約 西澤奈津美	トータルボディ メイク 60分講座 10:00~11:00 KEN	11:30
12:00												キッズ コンディショニング (体操教室) (4~6歳) 60分講座 11:15~12:15 KEN	ジュニア コンディショニング (体操教室) (小1~) 75分講座 11:15~12:30 KEN	12:00
12:30			子連れOK											12:30
13:00		体感調整パワーヨガ 60分講座 12:30~13:30 AKIKO		骨盤底筋 トレーニング ひめし 60分講座 12:30~13:30 YUKI										13:00
13:30						自強術 60分講座 13:00~14:00 山内寿子								13:30
14:00								子連れOK						14:00
14:30		フラダンス 60分講座 14:00~15:00 早川志津絵				やさしい ベリーダンス 60分講座 14:15~15:15 CHIZURU		整えるピラティス 60分講座 14:15~15:15 SACHI						14:30
15:00														15:00
15:30		社交ダンス 中級 90分講座 15:15~16:45 伊佐治清美		レンタルフロア 14:00~17:15										15:30
16:00														16:00
16:30														16:30
17:00														17:00
17:30		キッズ空手 90分講座 17:00~18:30 野間方之				バトン トワリング 75分講座 16:45~18:00 TWIRL TEAM空								17:30
18:00					キッズ コンディショニング (体操教室) (4~6歳) 60分講座 17:30~18:30 KEN									18:00
18:30					ジュニア コンディショニング (体操教室) (小1~) 75分講座 17:30~18:45 KEN									18:30
19:00														19:00
19:30	津軽三味線 (第2・4) 加藤訓音 (3部制)					レンタルフロア 18:15~19:45								19:30
20:00		レンタルフロア 19:00~21:00		太鼓道場 90分講座 19:00~20:30 石井郁也										20:00
20:30														20:30
21:00						ハリウッド・ パワーヨガ 60分講座 20:10~21:10 TAKAKO								21:00
21:30														21:30

和太鼓  
第1・3  
90分講座  
19:15~  
20:45  
木村英介

ボディ  
コンディショニング  
第2・4  
60分講座  
19:30~20:30  
KEN

子連れOK

脂肪燃焼  
夜のトレーニング  
60分講座  
20:00~21:00  
KEN