

R5.1~



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 4F
 TEL:052-678-3020
<http://www.ssc.or.jp/>

LINE



Instagram



HP



講座案内

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・福酒講座は別)
 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)

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

子連れOK
 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。*回数券有効期限2ヶ月
 パレオパーソナルレッスン(45分) 5,500円(税込) 専予約 *パレオは出張はありきせん。

※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
 お子様連れでご参加出来ます!

2023年1月9日 現在

	月		火		水		木		金		土			
	2-C	4F	2-C	4F	2-C	4F	2-C	4F	2-C	4F	2-C	4F		
10:00								NEW 60歳から始める健康体操 60分講座 10:00~11:00 KEN			子連れOK トータルボディメイク 60分講座 10:00~11:00 KEN	10:00		
10:30										定員キャンセル待ち 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		定員キャンセル待ち	10:30	
11:00					子連れOK からだフィットネス 60分講座 11:15~12:15 KEN								11:00	
11:30													11:30	
12:00			子連れOK 骨盤底筋トレーニング ひめトレ 60分講座 12:30~13:30 YUKI										12:00	
12:30								子連れOK 整えるピラティス 60分講座 13:00~14:00 SACHI					12:30	
13:00										社交ダンス 入門・初級 90分講座 12:30~14:00 松代修			13:00	
13:30													13:30	
14:00		フラダンス 60分講座 14:00~15:00 早川志津絵											14:00	
14:30					やさしいベリーダンス 60分講座 14:15~15:15 CHIZURU								14:30	
15:00										社交ダンス 中・上級 90分講座 14:15~15:45 松代修			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								太鼓 第1・3 120分講座 13:45~15:45 マサ	リフレッシュ 体操 第2・4 75分講座 14:15~15:30 加藤利枝子 山中佐百合	15:30
16:00													16:00	
16:30								貸しフロア ラマモン/レイユ 16:00~17:30					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						NEW 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		キッズ空手 90分講座 17:00~18:30 野間方之			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				NEW 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				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													19:30	
20:00				太鼓道場 90分講座 19:00~20:30 石井郁也									19:30	
20:30					津軽三味線 (第2・4) 18:45~21:30 加藤訓音 (3部制)								20:00	
21:00													20:30	
21:30													21:00	
													21:30	

子連れOK
 貸しフロア
 ヒッポファミリー
 クラブ
 17:30~19:30

子連れOK
 脂肪燃焼
 炎のトレーニング
 60分講座
 20:00~21:00
 KEN