

2026年度 第3期

Bellydance

参加者募集！

美しいウエスト【くびれ】
ボディラインを手に入れよう

9月1日[火]～申込開始

※申込は、受付にてお願いします。

セクシーなボディライン、ウエストシェイプや

女性の身体を磨き、エキゾチックな曲に合わせて、

より美しく、より健康になるエキゾチックなダンスクラスです。



レベルアップできる3か月1クールの教室

■開催日時 / 2026年度 第3期 10月3日～12月26日

■毎週 / 土曜日 / ■時間 / 10:00～10:45

■対象: 中学生以上 ■動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物

■参加費 / **900円** (全13回 11,700円) + 施設利用料

※2026年10月よりサブスク会員月会費・有料プログラムの料金に変更。

※サブスク会員参加可！！(事前申込)月額制度サブスク会員制度あり

一般 6,000円 / 高齢者・障がい者・中学生 3,800円

月額会費のみ！受講ができるシステム！お得！

教室以外の時も、猿楽トレーニングジム、代官山スポーツプラザ、ひがし健康プラザ

3施設も使いたい放題！

他の曜日、時間、使いたい施設の利用料が0円！

◇◆ 問い合わせ ◆◇

猿楽トレーニングジム 03-3461-3447

※猿楽小学校に隣接しています。

URL: <https://shisetsu.mizuno.jp/m-7610-3>



第3期ベリーダンス教室 / クール制教室（期間10月～12月）

募集受付開始 **9月1日（火）** ～ ※定員になり次第締切いたします。

・ベリーダンス教室(土) 10:00～10:45
全13回 / 定員15名

体験日

10/3・10



☆教室開始(10月)の初回・2回目のみ、都度利用で本申込前の体験可能です!!

 → 体験可能日 → 開催日

2026年 10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 ①
4	5 休館日	6	7	8	9	10 ②
11	12 休館日	13 休館日	14	15	16	17 ③
18	19 休館日	20	21	22	23	24 ④
25	26 休館日	27	28	29	30	31 ⑤

2026年 11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3	4	5	6	7 ⑥
8	9 休館日	10	11	12	13	14 ⑦
15	16 休館日	17	18	19	20	21 ⑧
22	23 休館日	24 休館日	25	26	27	28 ⑨
29	30 休館日					

2026年 12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5 ⑩
6	7 休館日	8	9	10	11	12 ⑪
13	14 休館日	15	16	17	18	19 ⑫
20	21 休館日	22	23	24	25	26 ⑬
27	28 休館日	29 休館日	30 休館日	31 休館日		

参加費(施設利用料 / プログラム参加料)

	種別	月会費 ※2026年10月からの金額	施設利用料	プログラム参加料 ※2026年10月からの金額
サブスク会員 (月会費会員)	一般	6,000円(税込)	※各月会費に含まれています。	※各月会費に含まれています。
	中学生	3,800円(税込)		
	高齢者・障がい者			
一般会員 (都度利用)	一般	注:都度施設利用料を お支払いください。	都度 300円(税込)	有料プログラム参加費 ・都度 1回 900円(税込) ・クール制 13回×900円(税込) 11,700円(税込)
	中学生		都度 100円(税込)	
	高齢者・障がい者		¥0 ※利用料減免カードで発行	