

シーズン会員と年度会員の料金区分について

1. 年度会員で参加する場合（年度を通して参加）・・・会費 + 保険料 + 参加費（各期）

入会期別会費・保険料		4月～9月入会	10月～3月入会
年度会費	65歳未満	2,400円	1,200円
	65歳以上	1,400円	700円
保険料		1,000円	500円



参加費	1期（4月～6月）	2期（7月～9月）	3期（10月～12月）	4期（1～3月）
		4,000円（10回）	4,000円（10回）	4,000円（10回）

2. シーズン会員で参加する場合（1期：3ヶ月だけ参加）・・・シーズン会費（会費、保険料、参加費含む）

シーズン期別会費	1期（4月～6月）	2期（7月～9月）	3期（10月～12月）	4期（1～3月）
		5,100円（10回）	5,100円（10回）	5,100円（10回）

途中参加の取り扱いについて

途中参加を希望する場合は、下表の参加費をお支払いいただきご参加ください。

残り回数	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
年度会員	4,000円			3,200円						
シーズン会員	5,100円									

【年度会員】お得な参加方法

残り10回	4,000円									
残り9回	振替+1	4,000円								
残り8回	振替+2		4,000円							
残り7回	/			3,200円						
残り6回	/			振替+1	3,200円					
残り5回	/			振替+2		3,200円				
残り4回	/			振替+3			3,200円			
残り3回	/			3,200円（振替+4）orビジター参加（合計2,400円）						
残り2回	/			3,200円（振替+5）orビジター参加（合計1,600円）						
残り1回	/			3,200円（振替+6）orビジター参加（合計800円）						

【シーズン会員】お得な参加方法

残り10回	5,100円									
残り9回	振替+1	5,100円								
残り8回	振替+2		5,100円							
残り7回	振替+3			5,100円						
残り6回	5,100円（振替+4）orビジター参加（合計4,800円）									
残り5回	5,100円（振替+5）orビジター参加（合計4,000円）									
残り4回	5,100円（振替+6）orビジター参加（合計3,200円）									
残り3回	5,100円（振替+7）orビジター参加（合計2,400円）									
残り2回	5,100円（振替+8）orビジター参加（合計1,600円）									
残り1回	5,100円（振替+9）orビジター参加（合計800円）									

令和3年度(2021年度) ヘルシーエクササイズ教室 第2期スケジュール

教室名	曜日	時間	月日			教室名	曜日	時間	月日		
やさしい 有酸素&筋トレ (1部・2部) 文化会館開催	火	9:30 ▼ 10:30 10:45 ▼ 11:45	7月	6・13・20・27	各 10 回	汗をかいて シェイプアップ	水	20:10 ▼ 21:10	7月	7・14・21・28	10 回
			8月	3・24					8月	4・25	
			9月	7・14・21・28					9月	1・8・15・22	
ルーシーダットン (タイ古式ヨガ) 文化会館開催	火	13:30 ▼ 14:30	7月	6・13・20・27	10 回	やさしい 有酸素運動	木	9:30 ▼ 10:30	7月	1・8・15・29	10 回
			8月	3・24					8月	5・26	
			9月	7・14・21・28					9月	2・9・16・30	
フラダンス (夜)	火	18:50 ▼ 19:50	7月	6・13・20・27	10 回	フラダンス (午前)	木	11:00 ▼ 12:00	7月	1・8・15・29	10 回
			8月	3・24					8月	5・26	
			9月	7・14・21・28					9月	2・9・16・30	
不調改善! 女性のための ボディケア	火	20:00 ▼ 21:00	7月	6・13・20・27	10 回	やさしい 健幸たいそう	木	13:30 ▼ 14:30	7月	1・8・15・29	10 回
			8月	3・24					8月	5・26	
			9月	7・14・21・28					9月	2・9・16・30	
いきいき健幸 トレーニング	水	10:00 ▼ 11:30	7月	7・14・21・28	10 回	ヘルピック (骨盤) ヨガ	木	20:00 ▼ 21:00	7月	1・8・15・29	10 回
			8月	4・25					8月	5・26	
			9月	1・8・15・22					9月	2・9・16・30	
やさしい ヘルピック (骨盤) ヨガ	水	13:30 ▼ 14:30	7月	7・14・21・28	10 回	太極拳	金	10:00 ▼ 11:30	7月	2・9・16・30	10 回
			8月	4・25					8月	6・27	
			9月	1・8・15・22					9月	3・10・17・24	
ルーシーダットン (タイ古式ヨガ) 長浦開催	水	13:30 ▼ 14:30	7月	7・14・21・28	10 回	ソフトエアロビクス	金	13:30 ▼ 14:30	7月	2・9・16・30	10 回
			8月	4・25					8月	6・27	
			9月	1・8・15・22					9月	3・10・17・24	
すこやか ピラティス	水	19:00 ▼ 20:00	7月	7・14・21・28	10 回	赤字になっている日程は当初の年間スケジュール から追加になった日程です。					
			8月	4・25							
			9月	1・8・15・22							

Pick up → 振替参加について

ヘルシーエクササイズ教室では、参加できなかった分を違う教室に振替で参加することができます。振替を利用する際は下記の点にご注意ください。

- 自己都合によりご参加いただけない分は、他のヘルエク教室への振替参加が可能です。
- 振替参加できる教室は、**同期のみ**となります。
例) 2期の教室の振替を3期以降にすることはできません。
- 定員に達している教室への振替参加はできません。
- 事前に必ず事務局へご連絡・お申込みください。

事務局へ
連絡!



OK ができれば



振替参加
準備 OK