

コース	回数	曜日	リフレッシュ体操コース名	時間	定員	WEB応募	はがき申込	申込総数	倍率	男性	女性	開催日	
A-1	かんたん体操	12	火	A-1 かんたん体操コース（石原小学校）	13:00～14:30	20	6	9	15	0.75	0	15	1/5 ～ 3/30
A-2		12	火	A-2 かんたん体操コース（大町スポーツ施設）	10:00～11:30	25	18	16	34	1.36	4	30	1/5 ～ 3/30
A-3		12	月	A-3 かんたん体操コース（健康活動ひろば）	10:00～11:30	20	22	34	56	2.80	4	52	1/4 ～ 3/29
A-4		11	木	A-4 かんたん体操コース（緑ヶ丘地域福祉センター）	10:00～11:30	20	21	14	35	1.75	5	30	1/7 ～ 3/25
B-1	チェア体操	12	火	B-1 チェア体操コース（石原小学校）	10:00～11:30	20	6	20	26	1.30	4	22	1/5 ～ 3/30
B-2		12	火	B-2 チェア体操コース（石原小学校）	15:00～16:30	20	8	12	20	1.00	2	18	1/5 ～ 3/30
B-3		12	火	B-3 チェア体操コース（大町スポーツ施設）	13:00～14:30	60	28	36	64	1.07	8	56	1/5 ～ 3/30
B-4		13	水	B-4 チェア体操コース（大町スポーツ施設）	10:00～11:30	60	23	36	59	0.98	7	52	1/6 ～ 3/31
C-1	すこやか体操	12	月	C-1 すこやか体操コース（健康活動ひろば）	10:00～11:30	35	53	35	88	2.51	14	74	1/4 ～ 3/29
C-2		12	月	C-2 すこやか体操コース（健康活動ひろば）	15:00～16:30	35	47	18	65	1.86	9	56	1/4 ～ 3/29
C-3		13	水	C-3 すこやか体操コース（大町スポーツ施設）	13:00～14:30	60	49	28	77	1.28	11	66	1/6 ～ 3/31
D-1	メンズ体操	12	木	D-1 メンズ体操コース（健康活動ひろば）	10:00～11:30	35	55	24	79	2.26	79	0	1/7 ～ 3/25
D-2		11	水	D-2 メンズ体操コース（健康活動ひろば）	12:30～14:00	35	43	21	64	1.83	64	0	1/6 ～ 3/31
E-1	コア体操	10	月	E-1 コア体操コース（健康活動ひろば）	13:00～14:30	35	83	18	101	2.89	11	90	1/4 ～ 3/29
E-2		11	水	E-2 コア体操コース（健康活動ひろば）	10:00～11:30	35	91	20	111	3.17	18	93	1/6 ～ 3/31
E-3		12	木	E-3 コア体操コース（健康活動ひろば）	12:30～14:00	35	74	26	100	2.86	8	92	1/7 ～ 3/25
E-4		11	水	E-4 コア体操コース（健康活動ひろば）	15:00～16:30	35	62	26	88	2.51	18	70	1/6 ～ 3/31
F-2	シェイプアップ体操	12	木	F-2 シェイプアップ体操コース（健康活動ひろば）	15:00～16:30	35	47	14	61	1.74	13	48	1/7 ～ 3/25
F-3		15	水	F-3 シェイプアップ体操コース（市民プラザあくろす）	10:00～11:30	30	90	12	102	2.49	11	91	1/6 ～ 3/31
G-1	ピラティス	11	月	G-1 ピラティスコース（金子地域福祉センター） ①②クラス 各15人	①9:30～10:30 ②10:45～11:45	30	84	20	104	3.47	7	97	1/4 ～ 3/29
G-2		13	木	G-2 ピラティスコース（健康活動ひろば） ①②クラス 各20人	①9:30～10:30 ②10:45～11:45	40	94	10	104	2.60	11	93	1/7 ～ 3/18
H-1	親子ピクス	12	水	H-1親子ピクスコース（幼児）	13:40～14:30	20	33	1	34	1.70	15	19	1/6 ～ 3/31
H-2		12	水	H-2親子ピクスコース（乳児）	15:10～16:00	20	45	0	45	2.25	22	23	
						760	1,082	450	1,532	2.02	345	1,187	