

# 3月 トレーニング室日程表

※レッスン開始時間前に会場へ立ち入るのは、お止めくださいますようご協力お願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50	講習会 11:00~12:00 ソフトエアロ 14:00~14:45	講習会 18:00~19:00 カウンセリング 14:00~15:00	講習会 13:00~14:00 ソフトエアロ 14:00~14:45	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50
	ヨガ 15:00~15:40					カウンセリング 12:00~13:00
8	9	10	11	12	13	14
講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50	講習会 11:00~12:00 ソフトエアロ 14:00~14:45	講習会 18:00~19:00 カウンセリング 14:00~15:00	講習会 13:00~14:00 ソフトエアロ休講	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50
	ヨガ 15:00~15:40					カウンセリング 12:00~13:00
15	16	17	18	19	20 春分の日	21
講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50	休館日	講習会 18:00~19:00 カウンセリング 14:00~15:00	講習会 13:00~14:00 ソフトエアロ 14:00~14:45	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50
						カウンセリング 12:00~13:00
22	23	24	25	26	27	28
講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50	講習会 11:00~12:00 ソフトエアロ 14:00~14:45	講習会 18:00~19:00 カウンセリング 14:00~15:00	講習会 13:00~14:00 ソフトエアロ 14:00~14:45	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50
	ヨガ 15:00~15:40					カウンセリング 12:00~13:00
29	30	31				
講習会 14:00~15:00 ソフトエアロ 11:00~11:50	講習会 11:00~12:00 ソフトエアロ 14:00~14:45	講習会 18:00~19:00 カウンセリング 14:00~15:00				
	ヨガ 15:00~15:40					

※ソフトエアロ、ヨガ共に多目的室にて開催予定  
 ※上記教室の参加料金は全て無料となります(別途、施設利用料が掛かります。)  
 ※受付については開催当日、トレーニング室にて行います。