

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

※ソフトエアロは小体育館にて開催、ヨガは多目的室にて開催
※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。