

9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お願い致します。

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

※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。