

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