12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 18:00～19:00 カウンセリング 14:00～15:00	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 14:00～14:45	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 休館日	22 講習会 18:00～19:00 カウンセリング 14:00～15:00	23 講習会 13:00～14:00 ソフトエアロ 14:00～14:45	24 講習会 17:00～18:00	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 休館日	30 休館日	31 休館日		

※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。