

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 10:00～11:00	2 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
3 講習会 14:00～15:00 ソフトエアロ 11:00～11:50	4 講習会 11:00～12:00 ソフトエアロ 14:00～14:45 ヨガ 15:00～15:40	5 講習会 18:00～19:00 カウンセリング 14:00～15:00	6 講習会 13:00～14:00 ソフトエアロ 14:00～14:45	7 講習会 17:00～18:00	8 講習会 10:00～11:00	9 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
10 講習会 14:00～15:00 ソフトエアロ 11:00～11:50	11 山の日 講習会 11:00～12:00 ソフトエアロ 14:00～14:45 ヨガ 15:00～15:40	12 講習会 18:00～19:00 カウンセリング 14:00～15:00	13 講習会 13:00～14:00 ソフトエアロ 14:00～14:45	14 講習会 17:00～18:00	15 講習会 10:00～11:00	16 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
17 講習会 14:00～15:00 ソフトエアロ 11:00～11:50	18 休館日	19 講習会 18:00～19:00 カウンセリング 14:00～15:00	20 講習会 13:00～14:00 ソフトエアロ 14:00～14:45	21 講習会 17:00～18:00	22 講習会 10:00～11:00	23 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
24 講習会 14:00～15:00 ソフトエアロ 休講	25 講習会 11:00～12:00 ソフトエアロ 14:00～14:45 ヨガ 15:00～15:40	26 講習会 18:00～19:00 カウンセリング 14:00～15:00	27 講習会 13:00～14:00 ソフトエアロ 14:00～14:45	28 講習会 17:00～18:00	29 講習会 10:00～11:00	30 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
31 講習会 14:00～15:00 ソフトエアロ 11:00～11:50	8月24日(日)のソフトエアロは講師都合により休講となります。 ご迷惑おかけいたしますが、ご理解の程、よろしくお願い致します。					

※ 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