

1 月 分

健康増進教室スケジュール

日	月	火	水			木			金			土
									1			2
3	4 休業日	5	6			7			8			9
10	11	12 休業日	13			14			15			16
17	18 休業日	19	20	10:30~11:20 ボディメイクヨガ YUMIKO		21	10:30~11:20 ヨガ 増田		22	10:30~11:20 /		23 休館日
				13:30~14:20 ZUMBA※ (ズンバ) 熊谷			13:30~14:20 エアロビクス 中野			13:30~14:20 ピラティス 黒澤		
				16:30~17:20 エアロビクス 矢野			16:30~17:20 エアロビクス 黒川			16:30~17:20 /		
24	25 休業日	26	27	10:30~11:20 /		28	10:30~11:20 ボクシングエクササイズ YAYOI		29	10:30~11:20 /		30
				13:30~14:20 ZUMBA※ (ズンバ) 熊谷			13:30~14:20 ピラティス 黒澤			13:30~14:20 エアロビクス 加藤		
				16:30~17:20 骨盤スリムヨガ 矢野			16:30~17:20 /			16:30~17:20 /		

※セントラルスポーツ提携事業

31

☆スケジュールは変更になる場合があります。