

4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	5 休業日	6	7	10:30~11:20	ボディメイクヨガ	YUMIKO	8	10:30~11:20	ボクシング 玖草イブ	YAYOI	9	10:30~11:20	骨盤スリムヨガ	矢野	10	休館日
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷		13:30~14:20	エアロビクス	中野		13:30~14:20	エアロビクス	加藤		
11	12 休業日	13	14	10:30~11:20	ボディメイクヨガ	YUMIKO	15	10:30~11:20	ヨガ	増田	16	10:30~11:20	エアロビクス	矢野	17	
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷		13:30~14:20	エアロビクス	中野		13:30~14:20	エアロビクス	加藤		
								16:30~17:20	エアロビクス	黒川						
18	19 休業日	20	21				22	10:30~11:20	ボクシング 玖草イブ	YAYOI	23	10:30~11:20	骨盤スリムヨガ	矢野	24	
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷		13:30~14:20	エアロビクス	中野		13:30~14:20	エアロビクス	加藤		
25	26 休業日	27 休業日	28	10:30~11:20	ボディメイクヨガ	YUMIKO	29	10:30~11:20	ヨガ	増田	30	10:30~11:20	エアロビクス	矢野		
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷		13:30~14:20	エアロビクス	中野		13:30~14:20	エアロビクス	加藤		
								16:30~17:20	コアトレーニング & 骨盤体操	黒川						

※セントラルスポーツ提携事業

☆スケジュールは変更になる場合があります。

