

5月分

健康増進教室スケジュール

日	月	火	水			木			金			土							
1	2	休業日	3	4	10:30~11:20	チャクラヒーリング ヨガ	YUMIKO	5	10:30~11:20	ヨガ	増田	6	10:30~11:20	ヨガ	矢野	7	10:30~11:20	エアロビクス (脂肪燃焼クラス)	加藤
					13:30~14:20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)	熊谷		13:30~14:20	エアロビクス	中野								
8	9	休業日	10	11				12	10:30~11:20	ボクシング エクササイズ	YAYOI	13	10:30~11:20	ピラティス	黒澤	14	休館日		
					13:30~14:20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)	熊谷												
15	16	休業日	17	18	10:30~11:20	ボディメイク ヨガ	YUMIKO	19	10:30~11:20	ヨガ	増田	20	10:30~11:20	ヨガ	矢野	21	10:30~11:20	エアロビクス (脂肪燃焼クラス)	加藤
					13:30~14:20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)	熊谷		13:30~14:20	エアロビクス	中野								
22	23	休業日	24	25				26	10:30~11:20	ボクシング エクササイズ	YAYOI	27	10:30~11:20	ピラティス	黒澤	28	レッスン休業		
					13:30~14:20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)	熊谷												
29	30	休業日	31	休業日	※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。								