

1月分

健康増進教室スケジュール

日	月	火	水			木			金			土				
1 休館日	2 休館日	3 休館日	4	レッスン休業			5	レッスン休業			6	レッスン休業				
8	9	10 休業日	11	レッスン休業			12	レッスン休業			13	レッスン休業				
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	フローヨガ AYA	20	新教室! 13:30~14:20	ZUMBA (ズンバ)	矢野	21	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								
22	23 休業日	24	25	10:30~11:20		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	10:30~11:20	エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤		
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンバ) 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。