

3月分 健康増進教室スケジュール

日	月	火	水			木			金			土										
			1	10:30~11:20	ボディメイク ヨガ	YUMIKO	2	10:30~11:20	フローヨガ	AYA	3	レッスン休業			4	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						
5	6	休業日	7	8			9	10:30~11:20	ボクシング エクササイズ	YAYOI	10	10:30~11:20	ピラティス	黒澤	11	休館日						
					13:30~14:20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)		熊谷		13:30~14:20		ZUMBA (ｽﾞﾝﾊﾞ)	矢野									
12	13	休業日	14	15	10:30~11:20	ボディメイク ヨガ	YUMIKO	16	10:30~11:20	フローヨガ	AYA	17	レッスン休業			18	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					
19	20	休業日	21	22			23	10:30~11:20	ボクシング エクササイズ	YAYOI	24	10:30~11:20	ピラティス	黒澤	25	レッスン休業						
					13:30~14:20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)		熊谷		13:30~14:20		ZUMBA (ｽﾞﾝﾊﾞ)	矢野									
26	27	休業日	28	29			30	レッスン休業			31	レッスン休業										
					13:30~14:20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)									熊谷							

※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。