

10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	10:10~11:00			5	10:10~11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI	6	10:10~11:00			7	レッスン休業
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷	13:30~14:20	ヨガ	矢野	新教室! 19:00~19:50	ZUMBA GOLD (ズンバゴールド)	小山					
8	9	休業日	10	11	10:10~11:00			12	10:10~11:00	フローヨガ	AYA	13	10:10~11:00	エアロビクス (脂肪燃焼クラス)	加藤	14	
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷	19:00~19:50	ZUMBA (ズンパ)	矢野	19:00~19:50	デトックス ヨガ		AYA				
15	16	休業日	17	18	10:10~11:00			19	10:10~11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI	20	10:10~11:00			21	休館日
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷	13:30~14:20	ZUMBA (ズンパ)	矢野	19:00~19:50	ZUMBA GOLD (ズンバゴールド)		小山				
22	23	休業日	24	25	10:10~11:00			26	10:10~11:00	フローヨガ	AYA	27	10:10~11:00	エアロビクス (脂肪燃焼クラス)	加藤	28	
				13:30~14:20	ZUMBA※ (ズンパ)	熊谷	19:00~19:50	ZUMBA (ズンパ)	矢野	19:00~19:50	デトックス ヨガ		AYA				
29	30	休業日	31	※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。										
				 …講師募集します (インボイス登録者に限る)			10月以降のYAYOI先生の ボクシングエクササイズは先生のご都合により中止となりました										
				詳しくは管理事務所担当までご連絡ください。													