

11月分 健康増進教室スケジュール

日	月	火	水			木			金			土		
			1	10:10~11:00 ヨガ 矢野		2	10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI		3	10:10~11:00		4	10:10~11:00 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 ZUMBA (ｽﾞﾝﾊﾞ) 矢野							
										19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ｽﾞﾝﾊﾞｺﾞｰﾙﾄﾞ) 小山				
5	6	休業日	8	10:10~11:00 エアロビクス (初心者向クラス) 矢野		9	10:10~11:00 フローヨガ AYA		10	10:10~11:00 デトックス ヨガ AYA		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							
							19:00~19:50 エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤							
12	13	休業日	15	10:10~11:00 ヨガ 矢野		16	10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI		17	10:10~11:00		18	10:10~11:00 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 ZUMBA (ｽﾞﾝﾊﾞ) 矢野							
										19:00~19:50 ZUMBA GOLD (ｽﾞﾝﾊﾞｺﾞｰﾙﾄﾞ) 小山				
19	20	休業日	22	10:10~11:00 エアロビクス (初心者向クラス) 矢野		23	10:10~11:00 フローヨガ AYA		24	10:10~11:00 デトックス ヨガ AYA		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							
							19:00~19:50 エアロビクス (脂肪燃焼クラス) 加藤							
26	27	休業日	29	13:30~14:20 ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ) 熊谷		30	10:10~11:00 リフレッシュ ヨガ YUKI							
		休業日					13:30~14:20 ZUMBA (ｽﾞﾝﾊﾞ) 矢野							

※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）

詳しくは管理事務所担当までご連絡ください。