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		
7	8	9 休業日	10	レッスン休業			11	レッスン休業			12	レッスン休業			13	レッスン休業		
14	15 休業日	16	17	10：10～11：00	ヨガ	矢　野	18	10：10～11：00	リフレッシュヨ　ガ	Y UKI	19	10：10～11：00	デトックスヨガ	AYA	20	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	ZUMBA GOLD（ズンバゴールド）	小　山				
21	22 休業日	23	24	10：10～11：00	エアロビクス（初心者向クラス）	矢　野	25	10：10～11：00	フローヨガ	AYA	26				27	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	エアロビクス（脂肪燃焼クラス）	加　藤		19：00～19：50	ZUMBA GOLD（ズンバゴールド）	小　山				
28	29 休業日	30 休業日	31	10：10～11：00	ヨガ	矢　野												
				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。