2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	リフレッシュ ヨ　ガ	YUKI	2	10：10～11：00	デトックス ヨガ	AYA	3	レッスン休業		
								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				
4	5 休業日	6	7	10：10～11：00	ヨガ	矢　野	8	10：10～11：00	フローヨガ	AYA	9				10	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				
11	12	13 休業日	14	10：10～11：00	エアロビクス (初心者向クラス)	矢　野	15	10：10～11：00	リフレッシュ ヨ　ガ	YUKI	16	10：10～11：00	デトックス ヨガ	AYA	17	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				
18	19 休業日	20	21	10：10～11：00	ヨガ	矢　野	22	10：10～11：00	フローヨガ	AYA	23				24	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				
25	26 休業日	27 休業日	28	10：10～11：00	エアロビクス (初心者向クラス)	矢　野	29	10：10～11：00	リフレッシュ ヨ　ガ	YUKI								
				13：30～14：20	ZUMBA※ (ｽﾞﾝﾊﾞ)	熊　谷		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。