

# 10月 さいたま市健康福祉センター西楽園 カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1 施設1月予約日 ※13:00~14:00 フールコース変更あり	2 ★かんたんエアロ ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり	3 ★クイック&スロー ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり ★ゆらぎのヨガ インボテイ測定会	4	5 ※9:30~10:30 フールコース変更あり
6 ~限定レッスン~ カキラ	7 休館日	8 ※13:00~14:00 フールコース変更あり	9 ★かんたんエアロ ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり ★ナイトヨガ	10 ★クイック&スロー ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり ★ゆらぎのヨガ	11 ★からだ整えバレエ ※11:00~12:00 フールコース変更あり	12 ※9:30~10:30 フールコース変更あり
13 ~限定レッスン~ カキラ	14 体育の日 (通常営業) ~祝日イベント教室~ ゆったりアクア ※11:00~12:00 フールコース変更あり	15 休館日	16 ★かんたんエアロ ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり	17 ★クイック&スロー ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり ★ゆらぎのヨガ	18 ★からだ整えバレエ ※11:00~12:00 フールコース変更あり	19
20 ~限定レッスン~ カキラ	21 休館日	22 即位礼正殿の儀 (通常営業) ~祝日イベント教室~ ハロウィンアクア ※11:00~12:00 フールコース変更あり	23 ★かんたんエアロ ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり ★ナイトヨガ	24 ★クイック&スロー ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり ★ゆらぎのヨガ	25 ★からだ整えバレエ ※11:00~12:00 フールコース変更あり	26 ※9:30~10:30 フールコース変更あり
27	28 休館日	29 ※13:00~14:00 フールコース変更あり	30 ★かんたんエアロ ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり	31 ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり	 ※マークはフールの教室時間です (フールコースの変更があります)   ★マークはフロアの教室です	
 健康相談日 10月2・9・23日 水曜日 時間 13:30~14:00 ※月の初日は2階大広間にて 先生による講話後、実施致します。		 移動図書「宝くじ号」 ★雨天中止 10月8日(火) 13:20~13:50		 整体営業日//毎週火・木 (時間10:00~17:00最終受付16時) 10月3・8・17・24・29日 お電話、直接窓口での予約も可能です。		

(クラブ活動発表会 11時~14時 10月20日まで)