

9月月間予定表 フロアスタジオ版

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 キッズ	5	6	7
	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	★10:00~11:00 太極舞 ★19:00~20:00 リラックスヨガ	★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	休館日	
8	9	10	11 キッズ	12	13 キッズ	14
市民水泳大会のため 15時から 営業	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	休館日	★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	★10:00~10:45 ズンバゴールド ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス	
15	16	17	18 キッズ	19	20 キッズ	21
	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	★10:00~11:00 太極拳 ★19:00~20:00 リラックスヨガ	★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)	★10:00~10:45 ズンバ ★11:00~12:00 太極拳	★10:00~10:45 ズンバゴールド ★12:30~13:30 太極舞 ★14:00~15:00 ピラティス	
22	23	24	25 キッズ	26	27	28
	★9:45~10:30 ストレッチヨガ ★11:00~11:45 かんたんエアロ ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 かんたんヨガ	休館日	★10:30~11:30 タヒチアンダンス ★13:00~13:30 ゆっくりプログラム (無料)			
29	30					
休館日						

※【キッズ】はキッズダンス教室が開催される日となります。

※講師都合によりやむを得ず休講となる場合がございます。

※トレーニングルーム初回講習会は随時受付ております。予約の際は、電話でのお申込み又は屋内プール事務所までお願い致します。

※第2、4火曜日は休館日になります。その他、臨時休館をする際は事前にお知らせ致します。

※教室参加は、当日受付となります。9時より受付を開始致します。

※教室開始時間より10分を過ぎますと、安全面を考慮して入場をお断り致します。

※フロア教室は、トレーニングルーム初回者講習会を受けていなくても参加できます。

※教室の前後30分間は、教室券のみで施設をご利用頂けます。

(トレーニング利用の方はカードを提出してご利用ください。)



MENU !

・インボディー測定会
16日(月)～22日(日)