

月 (5月より) 背骨コンディショニング
火 ファンクショナルローラーピラティス
水 ウェーブストレッチ&フラフープエクササイズ
木 バレリーナエクササイズ



4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

5月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

★5/13~23は会場が陸上競技場

6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

★10.13は会場が陸上競技場

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

★7/22~会場が陸上競技場となります。

- 施設の都合によりやむを得ず臨時休講、または会場変更させていただく場合があります
- 暴風警報が教室開始2時間前までに解除されていない場合は、休講となります

ナイトおとなプール教室

ナイトプール教室 廃止のお知らせ

日頃、ナイトプール教室を
ご利用いただきありがとうございます。
この度、4/1からナイトプール教室を
廃止にさせていただきます。
長い間、ありがとうございました。

