

ホアシフィットネス 2020 1月タイムスケジュール

※S…スキル小学生クラス

日	火	水	木	金	土
		1	2 お休み	3 お休み	4 S 中高 16:30~18:30
5 中高 17:30~19:30	7 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 18:00~19:30	8	9 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	10 中高 17:30~19:00 大人 18:00~18:50	11 体 16:30~17:30 技練 16:30~17:30 S 中高 17:30~19:30
12 中高 17:30~19:30	14 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 18:00~19:30	15	16 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	17 中高 17:30~19:00 大人 18:00~18:50	18 体 16:30~17:30 技練 16:30~17:30 S 中高 17:30~19:30
19 中高 17:30~19:30	21 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 18:00~19:30	22	23 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	24 中高 17:30~19:00 大人 18:00~18:50	25 体 16:30~17:30 技練 16:30~17:30 S 中高 17:30~19:30
26 中高 17:30~19:30	28 体× 小 18:00~19:00 中高 18:00~19:30	29	30 体× 小 17:30~18:30	31 中高 17:30~19:00 大人×	

令和二年、レッスンのスタートは1月4日（土）スキル中高からとなります。

エアロも体操も充実した練習を行って行きましょう。

今年も宜しくお願い致します。