

2021年8月のスケジュール(^^)

日	月	火	水	木	金	土
1 中高 16:00~18:00	2	3 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	4	5 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	6 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	7 体 15:00~16:00 ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00
8 中高 16:00~18:00	9	10 体× 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	11	12 体× 小×	13 中高× 大人×	14 体 × ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00
15 中高 16:00~18:00	16	17 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	18	19 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	20 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	21 体 15:00~16:00 ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00
22 中高 16:00~18:00	23	24 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	25	26 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	27 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	28 体 15:00~16:00 ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00
29 中高 16:00~18:00	30	31 体 × 小× 中高 ×				

※(木)エアロ小学生クラス、(金)中高クラスは3週となっております。『7月に5週行います』

※引き続き感染対策を心掛けながら取り組んでまいります。

※ストレッチを行って柔軟性を高め、怪我の予防や免疫力アップを目指しましょう。

毎月一回のオンラインプレゼントレッシンにもご家族の皆様で是非ご参加ください。

以上宜しくお願いいたします。