

2023 年

1 月のスケジュール(^o^)/今年も宜しく願いいたします(^)/

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 小 17:00~18:00	5 体 × 小中 17:30~18:30	6 中高 17:30~19:30 大人 ×	7 体 × 南風 16:00~17:30 技 ~18:00
8 中高 16:00~18:00	9	10 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	11 小 17:00~18:00	12 体 16:30~17:30 小中 17:30~18:30	13 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	14 体 15:00~16:00 溝口 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 小 17:00~18:00	19 体 16:30~17:30 小中 17:30~18:30	20 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	21 体 15:00~16:00 溝口 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 小 17:00~18:00	26 体 16:30~17:30 小中 17:30~18:30	27 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	28 体 15:00~16:00 溝口 16:00~17:30 技 ~18:00
29 中高(お休み) ×	30	31 体 × 小 18:00~19:00 中高 ~19:30				

※1 月 29 日(日)のレッスンはお休みとなります。他曜日での振替えレッスンをお願いいたします。

2023 年、基本を大切に体操・エアロビックに取り組んで参ります。宜しくお願いいたします。