

2024年

11月のスケジュール(^o^)\*アはアソカ幼稚園(^o^)/

日	月	火	水	木	金	土
					1 エ 18:00~20:00 大人 18:00~18:50	2 体 お休み *南フェス 12:30 集合 14:42~14:49 発表
3 エアロ 16:00~18:00	4	5 体 17:00~18:00 エ 18:00~20:00	6 エ 17:00~18:00	7 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	8 エ 18:00~20:00 大人 18:00~18:50	9 体 お休み エ お休み
10 航選手 全日本選手権 エアロお休み	11 *	12 体 17:00~18:00 エ 18:00~19:00	13 エ 17:00~18:00	14 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	15 エ 18:00~20:00 大人 お休み	16 体 15:00~16:00 エ 16:00~17:30 ~18:00
17 エアロ 16:00~18:00	18 ア	19 体 17:00~18:00 エ 18:00~19:00	20 エ 17:00~18:00	21 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	22 エ 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	23 体 15:00~16:00 エ 16:00~17:30 ~18:00
24 エアロ 16:00~18:00	25 ア	26 体 × エ 17:00~19:00	27 お休み	28 お休み	29 エ 17:30~19:30 大人 お休み	30 体 15:00~16:00 エ 16:00~17:30 ~18:00

※11月2日(土) エアロクラス \*南フェスステージ発表 14:42~14:49 南小学校体育館にて\*

※11月10日(日) 航選手 SUZUKIJAPAN 全国大会 静岡県浜松アリーナにて!

日曜日レッスンは9月に5週行っておりますので、11月は3週とさせていただきます。

※11月27日(水)、28日(木) エアロクラスレッスンは10月27日ぬくもり文化祭の振替休日とさせていただきます。

※季節の変わり目、体調管理に気をつけて過ごしましょう (\*\*)

※ホアシフィットネス Instagram 更新中(練習風景などを掲載)フォローお願いいたします。

以上、よろしくお願ひいたします。(^^)/