

2021年6月のスケジュール

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

※6月5日（土）エアロビック福岡オープン(北九州市的場池体育館)

※心と身体を健康に☺️生活リズム、食生活、ストレスフリーを意識して過ごしましょう📢

※ホアシフィットネスでは、皆さんと一緒に体操、エアロ、大人クラスを行なう仲間を募集しています。
お知り合いやお友達で興味のある方がいらっしゃいましたら、体験にお誘い下さい。

以上宜しくお願い致します。