

2023年

3月のスケジュール(^o^)/

日	月	火	水	木	金	土
			1 エ 17:00~18:00	2 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	3 エ 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	4 体 15:00~16:00 溝口 16:00~17:30 ~18:00
5 エアロ 16:00~18:00	6	7 体 17:00~18:00 エ 18:00~19:00 ~19:30	8 エ 17:00~18:00	9 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	10 エ 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	11 体 × 南風 16:00~17:30 ~18:00
12 エアロ 16:00~18:00	13	14 体 17:00~18:00 エ 18:00~19:00 ~19:30	15 エ 17:00~18:00	16 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	17 エ 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	18 ※体 14:30~15:30 南風 16:00~17:30 ~18:00
19 エアロ 16:00~18:00	20	21 体 × ※エ 17:00~18:00 ~18:30	22 エ 17:00~18:00	23 体 × ※エ 17:00~18:00	24 エ 17:30~19:30 大人 ×	25 体 15:00~16:00 溝口 16:00~17:30 ~18:00
26 エアロ 16:00~18:00	27	28 体 17:00~18:00 エ 18:00~19:00 ~19:30	29 お休み	30 体 × ※エ 17:00~18:00	31 エ 17:30~19:30 大人 ×	

※ 体操教室ご家族見学会を行います⇒28(火)、16(木)、25(土)

ご家族の皆さんも一緒にストレッチをやってみましょう！

※(木)エアロ (金)エアロは5週行います。⇒4月を3週とさせていただきます。

※21(火)、23(木)、30(木)エアロは時間帯が繰り上がります。

※18(土)体操は 14:30~15:30 で行います。

※ 11(土)18(土)エアロは南風にて行います。

※ スポーツ安全保険の更新時期になりました。月謝袋にて集金いたします。

以上よろしくお願いたします。