

☆ホアシフィットネス 2019年3月タイムスケジュール☆(^ ^)/

※S…小学スキルクラス

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

※エアロクラス…4月24日(土)オリンピアに向けて練習を行っています。

※体操教室…反復練習積み重ねと基礎を行いそれぞれの目標に向けての練習を行っています。

※全クラス共、毎回のレッスンを自分の中で何点くらいで行えたのかを振り返りそれを含めその日にあった事をお家の方とお話をして下さいと話しています。

ご家族の皆さま、良かった事を誉めてあげて下さい。

※スポーツ安全保険…継続の時期となりますので年間800円を月謝袋にて徴収させていただきます。