

2021年7月のスケジュール(^^)

日	月	火	水	木	金	土
				1 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	2 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	3 体 15:00~16:00 ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00
4 中高 16:00~18:00	5	6 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	7	8 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	9 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	10 体 15:00~16:00 ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00
11 中高 16:00~18:00	12	13 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	14	15 体 16:30~17:30 小 17:30~18:30	16 中高 17:30~19:30 大人 18:00~18:50	17 体 15:00~16:00 ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00
18 中高 16:00~18:00	19	20 体 17:00~18:00 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	21	22 体 × 小 17:30~18:30	23 中高 17:30~19:30 大人 ×	24 体 × ス中高 × 技 ×
25 ※【 】	26	27 体 × 小 18:00~19:00 中高 ~19:30	28	29 体 × 小 17:30~18:30	30 中高 17:30~19:30 大人 ×	31 体 × ス中高 16:00~17:30 技 ~18:00

※引き続き感染対策を心掛けながら取り組んでまいります。

※25日のレッスンにつきましては、中高生の皆さんに追ってお知らせいたします。

※ストレッチを行って柔軟性を高め、怪我の予防や免疫力アップを目指しましょう。

毎月一回のオンラインプレセントレッスンにもご家族の皆様で是非ご参加ください。

以上宜しくお願いいたします。