

2023 年

4 月のスケジュール(^o^)/

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

☆ご進学、ご進級おめでとうございます。

ホアシフィットネスでは、引き続き健康と笑顔をお届けするとともに、素直な心で明るく楽しく学び、皆さまのご成長を応援して参ります。

☆20(木)21(金)22(土)23(日)のレッスンはお休みです。

※航選手エアロビック世界選手権大会に出場いたします。

☆25(火)29(土)の体操教室はありません。

以上よろしくお願ひいたします。