



# スポーツ健康づくり教室カレンダー

## 7月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	3
4	5 10:00~11:00 ◦やさしい朝ヨガ教室 ◦トランポピクス教室 19:00~20:00 ◦魔法の寝落ちヨガ教室	6 休館日	7	8 10:00~11:00 ◦脂肪燃焼ヨガ教室 ◦健康体操教室	9 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	10
11	12 10:00~11:00 ◦やさしい朝ヨガ教室 ◦トランポピクス教室 19:00~20:00 ◦魔法の寝落ちヨガ教室	13 休館日	14 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	15 10:00~11:00 ◦脂肪燃焼ヨガ教室 ◦健康体操教室	16 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	17
18	19 10:00~11:00 ◦やさしい朝ヨガ教室 ◦トランポピクス教室 19:00~20:00 ◦魔法の寝落ちヨガ教室	20 休館日	21 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	22	23	24
25	26	27 休館日	28	29	30 	31