



# スポーツ健康づくり教室カレンダー

## 10月



日	月	火	水	木	金	土
					1 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	2
3	4 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	5 <b>休館日</b>	6 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	7 10:00~11:00 ◦脂肪燃焼ヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00~20:00 ◦Fighting Fit教室	8 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	9
10 	11 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	12 <b>休館日</b>	13 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	14 10:00~11:00 ◦脂肪燃焼ヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00~20:00 ◦Fighting Fit教室	15 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	16
17	18 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	19 <b>休館日</b>	20 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	21 10:00~11:00 ◦脂肪燃焼ヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00~20:00 ◦Fighting Fit教室	22 	23
24 31	25 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	26 <b>休館日</b>	27 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	28 10:00~11:00 ◦脂肪燃焼ヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00~20:00 ◦Fighting Fit教室	29 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	30