



# スポーツ健康づくり教室カレンダー



2022年

1月



日	月	火	水	木	金	土
						1 休館日
2	3	4 休館日	5 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	6 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	7 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	8
9	10	11 休館日	12 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	13 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	14 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	15 
16 	17 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	18 休館日	19 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	20 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	21 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	22
23	24 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	25 休館日	26 10:00~11:00 ◦ソフトエアロビック教室	27 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	28 19:00~20:00 ◦ピラティス教室	29
30	31 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					