



# スポーツ健康づくり教室カレンダー

## 5月



日	月	火	水	木	金	土
1 	2 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	3	4	5	6 19:00~20:00 ◦ ピラティス教室	7
8	9 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	10 <b>休館日</b>	11 10:00~11:00 ◦ ソフトエアロビック教室	12 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	13 19:00~20:00 ◦ ピラティス教室	14
15	16 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	17 <b>休館日</b>	18 14:00~15:00 ◦ ザ・サーキット教室 10:00~11:00 ◦ ソフトエアロビック教室	19 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	20 10:00~11:00 ◦ 親子うんどう教室 19:00~20:00 ◦ ピラティス教室	21
22	23 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	24 <b>休館日</b>	25 14:00~15:00 ◦ ザ・サーキット教室 10:00~11:00 ◦ ソフトエアロビック教室	26 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	27 10:00~11:00 ◦ 親子うんどう教室 19:00~20:00 ◦ ピラティス教室	28
29	30 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	31 <b>休館日</b>				