



# スポーツ健康づくり教室カレンダー

## 6月



日	月	火	水	木	金	土
			<b>1</b> 10:00～11:00 ◦ソフトエアロビック教室	<b>2</b> 10:00～11:00 ◦骨盤底筋トレーニングヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00～20:00 ◦Fighting Fit教室	<b>3</b> 10:00～11:00 ◦親子うんどう教室 19:00～20:00 ◦ピラティス教室	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>6</b> 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	<b>7</b> <b>休館日</b>	<b>8</b> 10:00～11:00 ◦ソフトエアロビック教室	<b>9</b> 10:00～11:00 ◦骨盤底筋トレーニングヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00～20:00 ◦Fighting Fit教室	<b>10</b> 10:00～11:00 ◦親子うんどう教室 19:00～20:00 ◦ピラティス教室	<b>11</b>
<b>12</b>	<b>13</b> 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	<b>14</b> <b>休館日</b>	<b>15</b> 10:00～11:00 ◦ソフトエアロビック教室	<b>16</b> 10:00～11:00 ◦骨盤底筋トレーニングヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00～20:00 ◦Fighting Fit教室	<b>17</b> 10:00～11:00 ◦親子うんどう教室 19:00～20:00 ◦ピラティス教室	<b>18</b>
<b>19</b>	<b>20</b> 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	<b>21</b> <b>休館日</b>	<b>22</b> 10:00～11:00 ◦ソフトエアロビック教室	<b>23</b> 10:00～11:00 ◦骨盤底筋トレーニングヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00～20:00 ◦Fighting Fit教室	<b>24</b> 19:00～20:00 ◦ピラティス教室	<b>25</b> 
<b>26</b>	<b>27</b> 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	<b>28</b> <b>休館日</b>	<b>29</b> 10:00～11:00 ◦ソフトエアロビック教室	<b>30</b> 10:00～11:00 ◦骨盤底筋トレーニングヨガ教室 ◦健康体操教室 19:00～20:00 ◦Fighting Fit教室		