7月　スポーツ健康づくり教室カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 やさしい朝ヨガ　10:00～11:00 トランポビクス　10:00～11:00 魔法の寝落ちヨガ　19:00～20:00	4 休館日	5 ソフトエアロ　10:00～11:00	6 骨盤底筋ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ ﾖｶﾞ　10:00～11:00 健康体操　10:00～11:00 ザ・サーキット　14:00～14:30 Fighting Fit　19:00～19:50	7 親子うんどう　10:00～11:00 ピラティス　19:00～20:00	8
9	10 やさしい朝ヨガ　10:00～11:00 トランポビクス　10:00～11:00 魔法の寝落ちヨガ　19:00～20:00	11 休館日	12 ソフトエアロ　10:00～11:00	13 骨盤底筋ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ ﾖｶﾞ　10:00～11:00 健康体操　10:00～11:00 Fighting Fit　19:00～19:50	14 ピラティス　19:00～20:00	15
16	17	18 休館日	19 ソフトエアロ　10:00～11:00	20 骨盤底筋ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ ﾖｶﾞ　10:00～11:00 健康体操　10:00～11:00 ザ・サーキット　14:00～14:30 Fighting Fit　19:00～19:50	21 親子うんどう　10:00～11:00 ピラティス　19:00～20:00	22
23	24 やさしい朝ヨガ　10:00～11:00 トランポビクス　10:00～11:00 魔法の寝落ちヨガ　19:00～20:00	25 休館日	26 ソフトエアロ　10:00～11:00	27 骨盤底筋ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ ﾖｶﾞ　10:00～11:00 健康体操　10:00～11:00 ザ・サーキット　14:00～14:30 Fighting Fit　19:00～19:50	28 親子うんどう　10:00～11:00 ピラティス　19:00～20:00	29
30	31 やさしい朝ヨガ　10:00～11:00 トランポビクス　10:00～11:00 魔法の寝落ちヨガ　19:00～20:01					