

## 7月 月間予定表

曜日	コース名	会場	時間	期 日				
月	チアダンス (キッズ)	スポーツセンター 軽運動場	16:30～	1	8		22	29
			17:20					
	チアダンス (ジュニア)	スポーツセンター 軽運動場	17:30～	1	8		22	29
			18:30					
	スポーツ民踊 (昼)	スポーツセンター 弓道場	13:30～		8		22	
			15:00					
	スポーツ民踊 (夜)	スポーツセンター 弓道場	19:00～		8		22	
			20:00					
	多種目トライ	スポーツセンター 第二体育館	19:15～	1	8		22	29
			20:15					
	新体操	スポーツセンター 剣道場	18:00～	1	8		22	29
			19:00					
	柳川式わんぱく体操 (前)	スポーツセンター 第一体育館	18:00～	1	8		22	29
			19:00					
	柳川式わんぱく体操 (後)	スポーツセンター 第一体育館	19:15～	1	8		22	29
			20:15					
上達卓球	スポーツセンター 第一体育館	18:30～	1	8		22	29	
		20:15						
Enjoy! バスケット	スポーツセンター 第一体育館	18:30～	1	8		22	29	
		19:45						
セルフコンディショニング ストレッチ	軽運動場	19:00～	1	8		22	29	
		20:15						

教室中止等の連絡は下記の電話及びメールアドレスにてご連絡致します。↓

TEL : 023-616-6676      E-mail : club@yamagatasi-taikyou.jp

月間予定表はホームページからでもご覧になれます。→



火・水・木・金曜日は裏面をご覧ください。

7月 月間予定表

曜日	コース名	会場	時間	期 日				
火	ピラティス (モーニング)	スポーツセンター 特設スタジオ	10:30~	2	9		23	30
			11:45					
	HipHopダンス	スポーツセンター 軽運動場	17:00~	2	9		23	30
			18:00					
	ピラティス (アフター)	スポーツセンター 軽運動場	19:15~	2	9		23	30
			20:30					
水	リフレッシュヨガ (モーニング)	スポーツセンター 特設スタジオ	10:30~	3	10	17	24	
			11:45					
	太極拳	スポーツセンター 軽運動場	13:30~	3	10	17	24	
			14:30					
	はじめてのバレエ	スポーツセンター 特設スタジオ	17:00~	3	10	17	24	
			18:00					
	バレエ (オープン)		19:00~	3	10	17	24	
			20:00					
	弓道入門	スポーツセンター 弓道場	19:00~	3	10	17	24	
			20:30					
木	脂肪燃焼 BODYメイク	スポーツセンター 特設スタジオ	19:00~	4	11	18	25	
			20:15					
金	スッキリBODYメイク	スポーツセンター 柔道場	10:00~	5	12	19	26	
			11:15					
	健康スイミング	スポーツセンター 屋内プール	10:00~	5	12	19		
			12:00					
	リフレッシュヨガ (アフター)	スポーツセンター 軽運動場	19:15~	5	12	19	26	
			20:30					