

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 特設スタジオ	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		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				