

9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～	2	9			30
			17:20					
	チアダンス (ジュニア)		17:30～	2	9			30
			18:30					
	スポーツ民踊 (昼)		13:30～		9			30
			15:00					
	スポーツ民踊 (夜)		19:00～		9			30
			20:00					
	多種目トライ		19:15～	2	9			30
			20:15					
	新体操		18:00～	2	9			30
			19:00					
	柳川式わんぱく体操 (前)		18:00～	2	9			30
			19:00					
柳川式わんぱく体操 (後)	19:15～	2	9			30		
	20:15							
上達卓球	18:30～	2	9			30		
	20:15							
Enjoy! バスケット	18:30～	2	9			30		
	19:45							
セルフコンディショニング ストレッチ	19:00～	2	9			30		
	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。

9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~	3	10	17	24	
			11:45					
	HipHopダンス	スポーツセンター 軽運動場	17:00~	3		17	24	
			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~	3	10	17	24	
			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~	4		18	25	
			11:45					
	太極拳	スポーツセンター 軽運動場	13:30~	4		18	25	
			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~	4		18	25	
			18:00					
	バレエ (オープン)		19:00~	4		18	25	
			20:00					
	弓道入門	スポーツセンター 弓道場	19:00~	4	11	18	25	
			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~	5		19	26	
			20:15					
金	スッキリBODYメイク	スポーツセンター 柔道場	10:00~	6		20	27	
			11:15					
	健康スイミング	スポーツセンター 屋内プール	10:00~	6	13	20	27	
			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~	6		20	27	
			20:30					