

11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～			11	18	25	
			17:20						
	チアダンス (ジュニア)			17:30～			11	18	25
				18:30					
	スポーツ民踊 (昼)	スポーツセンター 弓道場		13:30～	/				
				15:00					
	スポーツ民踊 (夜)			19:00～					
				20:00					
	多種目トライ	スポーツセンター 第二体育館		19:15～			11	18	25
				20:15					
	新体操	スポーツセンター 剣道場		18:00～			11	18	25
				19:00					
	柳川式わんぱく体操 (前)			18:00～			11	18	25
				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～			11	18	25
				20:15					
	上達卓球			18:30～			11	18	25
				20:15					
Enjoy! バスケット			18:30～			11	18	25	
			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～			11	18	25	
			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。

11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~	5	12	19	26
			11:45				
	HipHopダンス	スポーツセンター 軽運動場	17:00~	5	12	19	
			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~	5	12	19	26
			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~	6	13	20	
			11:45				
	太極拳	スポーツセンター 軽運動場	13:30~	6	13	20	
			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~	6	13	20	
			18:00				
	バレエ (オープン)		19:00~	6	13	20	
			20:00				
	弓道入門	スポーツセンター 弓道場	19:00~	6	13	20	
			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~	7	14	21	28
			20:15				
金	スッキリBODYメイク	スポーツセンター 柔道場	10:00~	8	15	22	
			11:15				
	健康スイミング	スポーツセンター 屋内プール	10:00~	8	15	22	29
			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~	8	15	22	
			20:30				