

12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	16	23	
			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～	2	9	16	23	
			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)	スポーツセンター 弓道場	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～	2	9	16	23	
			20:15					
	新体操	スポーツセンター 剣道場	18:00～	2	9	16	23	
			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～	2	9	16	23	
			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～	2	9	16	23	
			20:15					
	上達卓球	スポーツセンター 第一体育館	18:30～	2	9	16	23	
			20:15					
Enjoy! バスケット	スポーツセンター 第一体育館	18:30～	2	9	16	23		
		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～	2	9	16	23		
		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。

12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		
			11:45					
	HipHopダンス	スポーツセンター 軽運動場	17:00~	3	10	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			
		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	11	18		
			11:45					
	太極拳	スポーツセンター 軽運動場	13:30~	4	11	18		
			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	11	18		
18:00								
バレエ (オープン)	スポーツセンター 特設スタジオ	19:00~	4	11	18			
		20:00						
弓道入門	スポーツセンター 弓道場	19:00~						
		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	12	19		
			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	13	20		
			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		
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	13	20			
		20:30						