

## 1 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～	6		20	27						
			17:20										
	チアダンス (ジュニア)		17:30～	6		20	27						
			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～	6		20	27
									20:15				
	新体操		スポーツセンター 剣道場	18:00～	6		20	27					
				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～	6		20	27					
				19:00									
柳川式わんぱく体操 (後)	19:15～	6			20	27							
	20:15												
上達卓球	18:30～	6			20	27							
	20:15												
Enjoy! バスケット	18:30～	6			20	27							
	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～		6		20	27						
		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。

### 1 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~		7	14	21	
			11:45					
	HipHopダンス	スポーツセンター 軽運動場	17:00~		7	14	21	28
			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~		7	14	21	
			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~		8	15	22	
			11:45					
	太極拳	スポーツセンター 軽運動場	13:30~		8	15	22	
			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~		8	15	22	
			18:00					
	バレエ (オープン)		19:00~		8	15	22	
			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~		9	16	23	
			20:15					
金	スッキリBODYメイク	スポーツセンター 柔道場	10:00~		10	17	24	
			11:15					
	健康スイミング	スポーツセンター 屋内プール	10:00~		10	17	24	
			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~		10		24	31
			20:30					