

# 2023年・2月分

重兵衛スポーツフィールド 中台

# 教室 予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			リフレッシュ・ヨガ 10:00	セルフ整体ストレッチ 10:00 フィットネス体操 10:00 ピラティス 14:00 中台・ナイトヨガ 19:00	椅子ヨガ 10:00 ランチタイム・ヨガ 11:45 スッキリ・ヨガ 13:15 ヨガ 15:00	
5	6	7	8	9	10	11
	休館日	元気はつらつ体操 10:00 ピラティス 14:00	健康リズム体操 13:30 筋膜リリース 19:00	セルフ整体ストレッチ 10:00 骨盤体操 14:00	ランチタイム・ヨガ 11:45 スッキリ・ヨガ 13:15 ヨガ 15:00	
12	13	14	15	16	17	18
	モーニングヨガ 9:30 フィットネス体操 13:30 中台・ナイトヨガ 19:00	元気はつらつ体操 10:00 ピラティス 14:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00	セルフ整体ストレッチ 10:00 フィットネス体操 10:00 ピラティス 14:00 ランタンヨガ 19:00	椅子ヨガ 10:00 ランチタイム・ヨガ 11:45 スッキリ・ヨガ 13:15 ヨガ 15:00	
19	20	21	22	23	24	25
	モーニングヨガ 9:30 フィットネス体操 13:30	元気はつらつ体操 10:00	健康リズム体操 13:30 筋膜リリース 19:00		ランチタイム・ヨガ 11:45 スッキリ・ヨガ 13:15 ヨガ 15:00	
26	27	28				
	モーニングヨガ 9:30 フィットネス体操 13:30 中台・ナイトヨガ 19:00	元気はつらつ体操 10:00 ピラティス 14:00				★ 予約には事前の会員登録が必要です。 ★ キャンセルは教室開始時間の2時間前までです。 ★ 電話での申込み・キャンセルは原則出来ません。

予約申込等は下記QRコードより

パソコン・スマートフォン  
QRコード



フューチャーフォン  
QRコード



ログインID

パスワード

2月分予約開始日1月16日です！

※変更または中止になる場合があります

申込開始日	
2月分	1月16日(月)
3月分	2月6日(月)
4月分	3月6日(月)