

# 2023年・3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							
★ 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。			リフレッシュ・ヨガ	セルフ整体ストレッチ フィットネス体操	ピラティス 中台・ナイトヨガ	椅子ヨガ ランチタイム・ヨガ スッキリ・ヨガ ヨガ							
			10:00	10:00 10:00	14:00 19:00	10:00 11:45 13:15 15:00							
5	6	7	8	9	10	11							
休館日		元気はつらつ体操	ピラティス	健康リズム体操	筋膜リリース	セルフ整体ストレッチ	骨盤体操	ランチタイム・ヨガ	スッキリ・ヨガ	ヨガ			
		10:00	14:00	13:30	19:00	10:00	14:00	11:45	13:15	15:00			
12	13	14	15	16	17	18							
モーニングヨガ	フィットネス体操	中台・ナイトヨガ	元気はつらつ体操	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ	セルフ整体ストレッチ	フィットネス体操	ピラティス	ランタンヨガ	椅子ヨガ	ランチタイム・ヨガ	スッキリ・ヨガ	ヨガ
9:30	13:30	19:00	10:00	14:00	10:00	10:00	10:00	14:00	19:00	10:00	11:45	13:15	15:00
19	20	21	22	23	24	25							
モーニングヨガ	フィットネス体操	春分の日		健康リズム体操	筋膜リリース	セルフ整体ストレッチ	骨盤体操	ランチタイム・ヨガ	スッキリ・ヨガ	ヨガ			
9:30	13:30			13:30	19:00	10:00	14:00	11:45	13:15	15:00			
26	27	28	29	30	31								
モーニングヨガ	フィットネス体操	中台・ナイトヨガ	元気はつらつ体操	ピラティス	🐾		🐾		🐾				
9:30	13:30	19:00	10:00	14:00									

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

※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)

3月分予約開始日2月6日です！