



# 重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2024年・10月の教室予定表



日	月	火	水	木	金	土			
		1	2	3	4	5			
		スロートレーニング教室 10:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00	フィットネス体操 10:00	星空(新月)ヨガ 19:00	ヨガ教室 14:30			
6	7	8	9	10	11	12			
	休館日	スロートレーニング教室 10:00	ピラティス 14:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00	健康リズム体操 13:30	骨盤体操 14:00	ランチタイム・ヨガ 12:00	ZUMBA(ズンバ) 13:30	ヨガ教室 14:30
13	14	15	16	17	18	19			
		スロートレーニング教室 10:00	ピラティス 14:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00	フィットネス体操 10:00	ピラティス 10:00	満月ヨガ 19:00	ランチタイム・ヨガ 12:00	ヨガ教室 14:30
20	21	22	23	24	25	26			
	モーニング・ヨガ 9:30	フィットネス体操 13:30	スロートレーニング教室 10:00	健康リズム体操 13:30		ランチタイム・ヨガ 12:00	ZUMBA(ズンバ) 13:30	ヨガ教室 14:30	
27	28	29	30	31					
	モーニング・ヨガ 9:30	フィットネス体操 13:30	スロートレーニング教室 10:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00	ナイト・ヨガ 19:00				

\*R6年度の第3木曜日のピラティスは10:00からになります。

- ★ 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  
スマートフォン版  
QRコード



フューチャーフォン版  
QRコード



申込開始日	
10月分	9月20日(金)
11月分	10月7日(月)

2024/9/17更新

・ログインID

・パスワード