成田エアポート東雲パークゴルフ場(東小師地) 2025年・12月の教室予定表



| B | A | | ж | 水 | 木 | ± | | 土 |
|----|---------------------------------|--------------------|-----|---------------|-----------------|----------------------|-------------|----|
| | 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 | | 6 |
| | 12月1日は (200 (200 (200) | | 休館日 | December | フィットネス体操(津田先生) | ランチタイム・ヨガ(大竹先生) | 3/1教室(鹿又先生) | |
| | | | | Lecentracer | 13:30 | 12:00 | 15:00 | |
| 7 | 8 | | 9 | 10 | 11 | 12 | | 13 |
| | モーニング・ヨガ(ち ほ先生) | フィットネス体操(津 田先生) | 休館日 | 健康リスム体操(津田先生) | ピラティス(小幡先生) | ランチタイム・ヨガ(大竹先生) | ZUMBA(藤田先生) | |
| | 9:30 | 13:30 | | 13:30 | 13:30 | 12:00 | 13:30 | |
| 14 | 1 | 5 | 16 | 17 | 18 | 19 | | 20 |
| | モーニング・ヨガ(ちほ先生) | | 休館日 | 加拉尼@B | フィットネス体操(津田先生) | 3 扩教室(魔汉先生) | | |
| | 9:30 | | | | 13:30 | 15:00 | | |
| 21 | 22 | | 23 | 24 | 25 | 26 | | 27 |
| | モーニング・ヨガ(ちほ先生) | | 休館日 | 健康リスム体操(津田先生) | MERRY CHRISTMAS | | (EOE) | |
| | 9:30 | | | 13:30 | クリスマス | энш12л26н | | |
| 28 | 29 | | 30 | 31 | | مال × × مالو | 26 16 | |
| | | | | 0 0 0 | | | | _ |

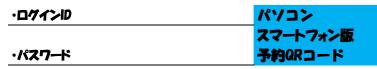


- ★ 予約には事前の会員登録が必要です。
- ★ キャンセルは教室開始時間の2時間前までです。
- ★ 電話での申込み・キャンセルは原則出来ません。
- ★ 教室回数券利用できます。中台体育館・会場で購入できます(会場での購入は開催時現金のみ)。

休館日

- ★ 予定表は会場でも配布いたします。中台体育館でも引き続き掲示されます。
- ★ インストラクター都合により変更になる場合がございます。







パソコン スマートフォン版 予定表QRコード



年越しそば

| 申込開始日 | | | | | |
|----------------------------|-----------|--|--|--|--|
| 12月分 | 11月10日(月) | | | | |
| 1月分 | 12月8日(月) | | | | |
| 2025 / 1.1 / 1.0 ピラティフ:etn | | | | | |





赤坂ふれあいセンター 2025年・12月の教室予定表 12%



| B | A | Ж | * | * | • | 土 |
|----|----------------|---------|-----------------------|------------------------------|-----------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | フィットネス体操(津田先生) | | リフレッシュ・ヨガ(藤田先生) | E.T. WE | 12 A 5 B B | |
| | 13:30(大会議室) | (x) 53 | 9:30(和室) | \$ 8は12月48 | <u>□□₩₩₩₩₩₩</u> | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | 18 | | リフレッシュ・ヨガ(藤田先生) | フィットネス体操(津田先生) | SERVICE) | |
| | 有機農業の目 | (4)53 | 9:30(和室) | 13:30(大会議室) | 9 ⊟は12月12日 | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | フィットネス体操(津田先生) | (30) | West word | 12.018.02 | スロートレーニング教室(小賞先生) | |
| | 13:30(大会議室) | (4)44 | ⇒ вы12я17в | 東京駅の目 | 9:30(和室) | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| | 12 Л22 В | | リフレッシュ・ヨガ(藤田先生) | 12月25日 MERRY CHRISTMAS | セルフケア・ヨガ(小池先生) | |
| | スージの目 | (~) ? ? | 9:30(和室) | 0 U Z T Z | 15:00(和室) | |
| | | | | | | = |



- ★ 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。
- ★ 教室回数券利用できます。中台体育館・会場で購入できます(会場での購入は開催時現金のみ)。
- ★ 予定表は会場でも配布いたします。中台体育館でも引き続き掲示されます。
- ★ インストラクター都合により変更になる場合がございます。







パソコン スマートフォン版







| 申込開始日 | | |
|--------------|-----------|--|
| 12月分 | 11月10日(月) | |
| 1月分 | 12月8日(月) | |
| 2025/10/21更新 | | |