

サクラ健康増進クラブ ファイト！5月レッスン

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
<div>※コアリラックスは、 各回最大11名までとさせていただきます。</div> <div>ゴールデンウィークのお休み 5月2日(木)～5月4日(土)が お休みになっております。 お間違えないようお気をつけ下さい。</div>			9:30 ポール EX 30分 宮野	14:00 エアロ 30分 宮野	16:15 エアロ 30分 宮野	
			10:30 よつば クラブ 60分	17:00 閉館		
5	6	7	8	9	10	11
①9:30 ②10:30 ラジオ & ストレッチ 30分 丸山	①9:30 ②14:00 ボール &スト レッチ 30分 成田	①9:30 ②14:00 ボール &スト レッチ 30分 西脇	①9:30 ②14:00 わくわく 体操 30分 細川	①9:30 ②14:00 ハビネス ダンス 30分 細川	①9:30 ②14:00 ハビネス ダンス 30分 細川	①9:30 ②14:00 エアロ 30分 宮野
①14:00 ②15:00 パワーボ クササイ ズ 30分 花田	①14:00 ②15:00 ラジオ & コアリ ラックス 30分 成田	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館
12	13	14	15	16	17	18
①10:00 ②14:00 体力 測定 + 栄養 講話 90分 予約制	①9:30 ②14:00 チューブ &スト レッチ 30分 西脇	①9:30 ②14:00 リズム & ストレッチ 30分 丸山	①9:30 ②14:00 リズム & ストレッチ 30分 丸山	①9:30 ②14:00 シンプル エアロ 30分 細川	①9:30 ②14:00 ヨガ 30分 細川	①9:30 ②14:00 ヨガ 30分 細川
	①10:00 ②14:00 17:00 閉館	①10:00 ②14:00 17:00 閉館	①10:00 ②14:00 17:00 閉館	①10:00 ②14:00 17:00 閉館	①10:00 ②14:00 17:00 閉館	①10:00 ②14:00 17:00 閉館
19	20	21	22	23	24	25
①9:30 ②10:30 アロマリ ラックス 30分 西脇	①9:30 ②14:00 優しいボ クササイ ズ 30分 花田	①9:30 ②14:00 ボール &スト レッチ 30分 西脇	①9:30 ②14:00 ボール &スト レッチ 30分 西脇	①9:30 ②14:00 椅子 ヨガ 30分 細川	①9:30 ②14:00 シンプル エアロ 30分 細川	①9:30 ②14:00 シンプル エアロ 30分 細川
①14:00 ②15:00 簡単 エアロ 30分 宮野	①14:00 ②15:00 優しいボ クササイ ズ 30分 花田	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 椅子 ヨガ 30分 細川	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館
26	27	28	29	30	31	
①9:30 ②10:30 ストレッチ 30分 丸山	①9:30 ②14:00 簡単 エアロ 30分 宮野	①9:30 ②14:00 ボール EX 30分 宮野	①9:30 ②14:00 ボール EX 30分 宮野	①9:30 ②14:00 ハビネス ダンス 30分 細川	①9:30 ②14:00 わくわく 体操 30分 細川	①9:30 ②14:00 わくわく 体操 30分 細川
①14:00 ②15:00 レジス タン ス & スト レッチ 30分 丸山	①14:00 ②15:00 簡単 エアロ 30分 宮野	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 ハビネス ダンス 30分 細川	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館	①14:00 ②15:00 17:00 閉館

営業時間: 月・火・水・金 9時～17時 最終受付16時半
土・日・祝 9時～17時 最終受付16時半
木曜定休日

都合により、レッスンが変更または中止になる
こともございます。ご了承ください。

TEL 052-801-4020

