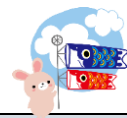


# 令和6年 5月 ふれスポ教室予定表



2024/4/17

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
<p><b>お知らせ</b></p> <p>やむを得ず予定が変更になる場合がございます。 教室に来る際は、公式LINEの『教室休講・変更のお知らせ』をチェックしてください。 最新の予定が確認できます。</p> <p><b>公式LINE</b></p>			<p>あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン)</p> <p>マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館)</p> <p>ストックウォークサークル 13:30~(総体玄関前集合)</p> <p>フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p>ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館)</p> <p><b>BODY LABO</b> 14:00~15:00(総合体育館)</p> <p>指先トレーニング 15:00-16:30(総合体育館)</p> <p>サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p>休み</p> <p>バランスボール教室 <b>PUMPS!</b> <b>ZUMBA教室</b></p>	
5	6	7	8	9	10	11
	あへあほ教室 19:00~20:00(白樺コミセン)	<p>休み</p> <p>太極拳教室 あへあほ教室 (西コミ・白コミ) ピラティス教室</p>	<p>あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン)</p> <p>マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館)</p> <p>気功教室 13:30~15:00(西コミセン)</p> <p>フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p>ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館)</p> <p><b>BODY LABO</b> 14:00~15:00(総合体育館)</p> <p>指先トレーニング 15:00-16:30(総合体育館)</p> <p>サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館)</p> <p><b>PUMPS!</b> 11:30~12:15(総合体育館)</p> <p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p><b>ZUMBA教室</b> 19:00~20:00(西コミセン)</p>	
12	13	14	15	16	17	18
		<p>太極拳教室 10:00~11:00(総合体育館)</p> <p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン)</p> <p>ピラティス教室 15:30~16:30(西コミセン)</p>	<p>あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン)</p> <p>マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館)</p> <p>ストックウォークサークル 13:30~(総体玄関前集合)</p> <p>フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p>ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館)</p> <p><b>BODY LABO</b> 14:00~15:00(総合体育館)</p> <p>指先トレーニング 15:00-16:30(総合体育館)</p> <p>サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館)</p> <p><b>PUMPS!</b> 11:30~12:15(総合体育館)</p> <p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p><b>ZUMBA教室</b> 19:00~20:00(西コミセン)</p>	
19	20	21	22	23	24	25
		<p>太極拳教室 10:00~11:00(総合体育館)</p> <p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン)</p> <p>ピラティス教室 15:30~16:30(西コミセン)</p>	<p>あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン)</p> <p>マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館)</p> <p>気功教室 13:30~15:00(西コミセン)</p> <p>フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p>ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館)</p> <p><b>BODY LABO</b> 14:00~15:00(総合体育館)</p> <p>指先トレーニング 15:00-16:30(総合体育館)</p> <p>サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館)</p> <p><b>PUMPS!</b> 11:30~12:15(総合体育館)</p> <p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p><b>ZUMBA教室</b> 19:00~20:00(西コミセン)</p>	
26	27	28	29	30	31	
		<p>太極拳教室 10:00~11:00(総合体育館)</p> <p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン) 19:00~20:00(白樺コミセン)</p> <p>ピラティス教室 15:30~16:30(西コミセン)</p>	<p>あへあほ教室 10:00~11:00(白樺コミセン)</p> <p>マーシャルワン 11:15~12:00(総合体育館)</p> <p>フィットネスカレッジ 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p>ヨガ教室 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バドミントン教室 10:00~11:15(総合体育館)</p> <p><b>BODY LABO</b> 14:00~15:00(総合体育館)</p> <p>指先トレーニング 15:00-16:30(総合体育館)</p> <p>サルセッション 19:00~20:00(総合体育館)</p>	<p>バランスボール教室 10:00~11:00(総合体育館)</p> <p><b>PUMPS!</b> 11:30~12:15(総合体育館)</p> <p>あへあほ教室 14:00~15:00(西コミセン)</p> <p><b>ZUMBA教室</b> 19:00~20:00(西コミセン)</p>	

※黄色で示した教室は、通常と場所や時間が異なっている教室です。