

第4期 洞峰公園スポーツ教室

スタジオ・体育館教室 スケジュール

1月

日	月	火	水	木	金	土
				休館	2	3
4	5	6	休館	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	休館	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	休館	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

開講日

休講日

※祝日は休講となります。

※1/1（木）と毎月第1水曜日は休館日となります。第1水曜日が祝日の場合は第2水曜日が休館日になります。

※1/2（金）、1/3（土）は年始休みとなります。

スタジオ教室

- ・1/8（木）ベリーダンス（経験者クラス）、ベリーダンス（入門クラス）
- ・2/5（木）ベリーダンス（経験者クラス）、ベリーダンス（入門クラス）
- ・2/6（金）骨盤ストレッチ、ヨーガ、産後骨盤調整エクササイズ
- ・2/7（土）朝ヨガ
- ・2/13（金）骨盤ストレッチ、ヨーガ、産後骨盤調整エクササイズ
- ・2/14（土）朝ヨガ
- ・2/18（水）産後ヨガ、ヨーガと呼吸法、骨盤調整体操
- ・2/20（金）骨盤ストレッチ、ヨーガ、産後骨盤調整エクササイズ
- ・3/5（木）ベリーダンス（経験者クラス）、ベリーダンス（入門クラス）
- ・3/16（月）赤ちゃん親子ピクス
- ・1/8（木）、1/22（木）、2/12（木）、2/26（木）、3/12（木）、3/26（木）FIT HOP
- ・1/15（木）、1/29（木）、2/5（木）、2/19（木）、3/5（木）、3/19（木）DANCE FIT

休講教室

体育館教室

- ・1/5（月）、2/16（月）、3/2（月）、3/16（月）、3/30（月）ラート①、ラート②
- ・3/12（木）バドミントン中級①、バドミントン中級②
- ・3/16（月）よちよち親子ピクス
- ・3/21（土）、3/28（土）キッズサッカー、ジュニアサッカー低学年、ジュニアサッカー高学年

※3/21（土）、3/28（土）は雨天振替日のため、期内で雨天中止があった場合は開催となります。ご注意ください！