

リ・ボーンはすだ

総合型地域スポーツクラブ

5月

TEL 080-6726-4085

メール hasuda_sports_club@yahoo.co.jp

ブログ <http://ameblo.jp/reborn-hasuda/>

FB <http://www.facebook.com/rebornhasuda>

黒浜北小学校		蓮田バレエスタジオ		西新宿会館		パルシー	
子ども体操(日)	13:00~14:30	パワーヨガ	13:15~14:15	ボディサプリ	19:30~20:30	キッズダンス	18:10~19:20
子ども体操(火)	17:30~19:00	癒しのヨガ	14:30~15:30	元気アップ	13:30~14:30	HIPHOPLレベルアップ	19:30~20:40
トランポリン(日)	14:30~16:00	リフレッシュ体操	11:00~12:00	リラックスヨガ①	13:20~14:30	ちびっ子体操年少クラス	16:00~16:40
トランポリン(木)	17:30~18:45	シェイプエアロ	11:15~12:15	リラックスヨガ②	14:40~15:50	ちびっ子体操	16:45~17:45
トランポリン(木)2部	18:45~20:00	ズンバ	10:15~11:15	親子体操	10:30~11:30		
バク転	12:00~13:00	ピラティス	9:45~10:45	体幹エクササイズ	14:30~15:30		
放課後クラブ	17:30~18:45	エンジョイエクササイズ	10:00~11:00				

日	月	火	水	木	金	土
30	1 ズンバ	2 パワーヨガ 癒しのヨガ	3 憲法記念日	4 みどりの日 トランポリン(木) トランポリン(木)2部	5 こどもの日 	6 定例会議 第9回通常総会
7 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)	8 放課後クラブ <i>NEW</i>	9 パワーヨガ 癒しのヨガ ボディサプリ	10 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	11 キッズダンス(中央公民館) レベルアップ(中央公民館)	12 エンジョイエクササイズ シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操 (年少) <i>NEW</i> ちびっ子体操 <i>スタート</i>	13 第9回通常総会を開催します。 ●場所 蓮田市西新宿会館 16時~
14 <i>HAPPY MOTHER'S DAY!</i> バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)	15 蓮田南中文化祭体験学習 ズンバ 放課後クラブ	16 パワーヨガ 癒しのヨガ 子ども体操(火) ボディサプリ	17 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	18 キッズダンス(中央公民館) レベルアップ(中央公民館)	19 エンジョイエクササイズ シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操 (年少) ちびっ子体操	20 準備の都合上、ご出席を希望される方はクラブまでご連絡ください。
21 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)	22	23 子ども体操(火) トランポリン(木)2部※ 体幹エクササイズ ボディサプリ	24 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	25 トランポリン(木) キッズダンス(剣道場) レベルアップ(多目的室)	26 エンジョイエクササイズ シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操 (年少) ちびっ子体操	27 西新宿会館 利用者会議
28	29 ズンバ 放課後クラブ	30 子ども体操(火)	31 新設！放課後クラブの5月のプログラムはフロアカーリング、キンボール、新体操です。	新設！エンジョイエクササイズはシニア・運動初心者にもおすすめ！カラダと脳を活性化させる楽しいプログラムです。		3  Reborn Hasuda 総合型地域スポーツクラブ 2017.5月号

☆事務手続きは前月20日まで☆休会・退会・コース変更は前月20日までに各会場にある届出書を提出してください。またメールでも受け付けております。(電話受付は出来ません)