

リ・ボーンはすだ

総合型地域スポーツクラブ

6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	HIPHOP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		

日	月	火	水	木	金	土
<p>【会費の引落について】残高確認のお願い 毎月5日(銀行休日の場合はその翌営業日)です。</p> <p>【事務手続きについて】休会・退会・コース変更 前月20日までに各会場にある所定の用紙にてお届けください。メールでも受け付けております。(電話受付はできません)</p>				1 トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンス(多目的室) レベルアップ(多目的室)	2 定例会議	3 彩の国SCネットワーク 総会
4 県民スポーツの日関連事業 トランポリン体験教室	5 ズンバ	6 パワーヨガ 癒しのヨガ こども体操(火)	7 リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	8	9 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	10
11 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)	12	13 パワーヨガ 癒しのヨガ こども体操(火) ボディサプリ	14 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	15 トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンス(多目的室) レベルアップ(多目的室)	16 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	17 親子体操
18 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)	19 ズンバ	20 パワーヨガ 癒しのヨガ こども体操(火) ボディサプリ	21 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	22	23 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	24
25 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)	26 ズンバ	27 体幹エクササイズ ボディサプリ	28 ピラティス	29 トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンス(剣道場) レベルアップ(多目的室)	30	1  総合型地域スポーツクラブ 2017.6月号