



TEL 080-6726-4085  
メール hasuda\_sports\_club@yahoo.co.jp

黒浜北小学校		蓮田バレスタジオ		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	18:10~19:10
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	19:20~20:30
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	やさしいヨガ	13:15~14:15
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	かんたんピラティス	14:30~15:30

日	月	火	水	木	金	土
<p>【会費の引落について】 毎月5日(銀行休日の場合はその翌営業日)です。残高の確認のお願い致します。 【事務手続きについて】 休会・退会・コース変更について 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。(お電話での受付はできません)</p>					<p>1 ちびっ子体操 (年少) ちびっ子体操</p>	<p>2 定例会議 ☆2017懇親会☆</p>
<p>3 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)</p>	<p>4 放課後クラブ 17:30~</p>	<p>5 パワーヨガ 癒しのヨガ こども体操(火)</p>	<p>6 リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~</p>	<p>7 ※やさしいヨガ (ハストピア) ※かんたんピラティス (ハストピア) トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンス (中央公民館) レベルアップ (中央公民館)</p>	<p>8 シェイプエアロ 元気アップ</p>	<p>9 親子体操</p>
<p>10 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)</p>	<p>11 ズンバ 放課後クラブ 17:30~</p>	<p>12 パワーヨガ 癒しのヨガ こども体操(火) ボディサプリ</p>	<p>13 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~</p>	<p>14 ※やさしいヨガ (ハストピア) ※かんたんピラティス (ハストピア) トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンス (中央公民館) レベルアップ (中央公民館)</p>	<p>15 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</p>	<p>16 【会場の変更について】 ※やさしいヨガ、かんたんピラティスは、ハストピアの和室で開催します。 ※キッズダンス、レベルアップは、7日・14日を中央公民館3階集会室で開催します。 ご注意ください。</p>
<p>17 ちよいとスポーツ体験 ☆クリスマス編☆</p> <p>子ども会員向け企画です。 専用の用紙にてお申し込みください。</p>	<p>18 ズンバ 放課後クラブ 17:30~</p>	<p>19 パワーヨガ 癒しのヨガ こども体操(火) ボディサプリ</p>	<p>20 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~</p>	<p>21 ※やさしいヨガ (ハストピア) ※かんたんピラティス (ハストピア) トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンス レベルアップ</p>	<p>22 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</p>	<p>23 天皇誕生日</p>
<p>24 バク転 子ども体操(日) トランポリン(日)</p>	<p>25 ズンバ</p>	<p>26 体幹エクササイズ ボディサプリ</p>	<p>27 ピラティス</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30 2017年12月号</p>
<p>31</p>	<p>1 元日</p>	<p>2</p>	<p>【振替の制限について】対象クラス・・・子ども体操・トランポリン ●ご協力よろしくお願ひします。 ●子ども体操・トランポリン合同発表会(2/25)に向けて、12月より、他クラスからの振替は対象外とさせていただきます。 例:子ども体操(日)→ トランポリン(日)× 子ども体操(火)○ 例:トランポリン(木)→ トランポリン(日)○ 子ども体操(火)×</p>			