

おかげさまで設立10周年

リ・ボーンはすだ

総合型地域スポーツクラブ

TEL080-6726-4085

メール hasuda_sports_club@yahoo.co.jp

http://rebornhasuda.com

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	ボディサブリ	19:30~20:30	キッズダンスC	18:00~18:30
子ども体操(火)	17:00~18:30	のびのびヨガ	14:30~15:30	元気アップ	13:30~14:30	キッズダンスB	18:40~19:30
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	キッズダンスA	19:40~20:40
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	ちびっ子体操年少クラス	16:00~16:40
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	ちびっ子体操	16:45~17:45
放課後クラブ	17:30~18:45	ピラティス	9:45~10:45	体幹エクササイズ	14:30~15:30	バク転	17:50~19:00
						コンテ'イヨング'ヨカ'	13:15~14:15

日	月	火	水	木	金	土
<p>○設立10周年感謝の気持ちを含めて・・☆☆3/10(日)設立10周年記念式典&発表会inハストピア☆☆</p> <p>3/10(日)会員の皆さまは、10:00までに、クラスごと指定の席にご着席下さい。記念式典では、功労者感謝状贈呈式がございます。対象者にあらかじめご案内させていただきます。</p>					<p>1 定例会議</p> <p>シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子年少 ちびっ子体操 バク転</p>	<p>2</p>
<p>3</p> <p>子ども体操(日) トランポリン(日)</p>	<p>4</p> <p>ズンバ</p>	<p>5</p> <p>パワーヨガ のびのびヨガ ボディサブリ</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <p>コンデショニングヨガ キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA</p>	<p>8 黒北利用者会議</p> <p>シェイプエアロ</p>	<p>9</p> <p>発表会リハーサル (ハストピア)</p>
<p>10</p> <p>設立10周年 記念式典&発表会 inハストピア 開場 9:30 式典 10:00</p>	<p>11</p>	<p>12</p> <p>パワーヨガ のびのびヨガ</p>	<p>13</p> <p>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</p> <p>コンデショニングヨガ</p>	<p>15</p> <p>元気アップ ちびっ子年少 ちびっ子体操 バク転</p>	<p>16</p> <p>ステージ出演のクラスは13:45ハストピア集合です。クラスごとの場当たり練習と、フィナーレの全体練習を行いますので、出演者の皆様のご協力をお願い致します。終了予定時刻は17:00頃です。</p>
<p>17</p>	<p>18</p> <p>ズンバ</p>	<p>19</p> <p>ボディサブリ</p>	<p>20</p> <p>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 春分の日</p>	<p>22 設立記念日</p>	<p>23</p>
<p>24</p>	<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p> <p>春休み体験会 キッズダンスC</p>	<p>29</p>	<p>30</p> <p>西新宿会館 利用者会議</p>
<p>31</p>	<p>※3月は10周年事業の関係で、全クラスとも活動は2回となっております。</p> <p>※黒北体育館は、学校行事の関係で3月の体育館が使用できないため、3月分を前倒しして活動しております。</p>					

☆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)

2019年3月号