

リ・ボーンはすだ

総合型地域スポーツクラブ

TEL 080-6726-4085

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(金)	16:45~17:45
放課後クラブ	17:30~18:45	ピラティス	9:45~10:45	ちびっ子体操(水)	16:15~17:15	子ども体操ステップアップ	17:50~19:00
						コンデショニングヨガ	13:15~14:15

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ズンバ 放課後クラブ (和太鼓) ハストピア	3 パワーヨガ のびのびヨガ 子ども体操(火)	4 リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	5 トランポリン(木)※8月分 トランポリン(木)2部※8月分 キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA	6 定例会議 シェイプエアロ※7/26代替	7
8 子ども体操(日)※8月分 トランポリン(日)※8月分	9 ズンバ 放課後クラブ (よさこい) 西新宿会館	10 パワーヨガ のびのびヨガ 子ども体操(火) ボディサブリ	11 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~ ちびっ子体操(水)	12 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	13 シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子年少 ちびっ子体操(金) ステップアップ	14
15	16 敬老の日	17 パワーヨガ のびのびヨガ ボディサブリ	18 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~ ちびっ子体操(水)	19 コンデショニングヨガ トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA	20 シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子年少 ちびっ子体操(金) ステップアップ	21
22 子ども体操(日) トランポリン(日)	23 秋分の日 	24 子ども体操(火) ボディサブリ	25 ピラティス ちびっ子体操(水)	26 コンデショニングヨガ からだにE ★椅子ゆるく体操 ハストピア多目的ルーム トランポリン(木) トランポリン(木)2部	27 シェイプエアロ 元気アップ	28
29	30 ズンバ	1	2	3	4	5

★からだにE
体操教室
会員半額でご
利用いただけ
るお得な企画
です。また
メンバーズ
カードの8月
3回目ご利用
で無料でご参
加いただけます!
(^~)!

詳細は、秋の
イベント参加
者募集チラシ、
ホームペー
ジ・ブログな
どをご覧くだ
さい。※振替
は適用外です。

西新宿会館
利用者会議



2019年9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)