

# 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) 18:00~19:10	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 19:15~20:25	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
			コデイジョングョガ 13:15~14:15

日	月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> パワーヨガ のびのびヨガ  子ども体操(火) 18~19時 パルシー(アリーナ)	<b>2</b> 定例会  リフレッシュ体操	<b>3</b> コンデショニングヨガ13~14時  キッズダンスC 18:05~18:35 キッズダンスB 19:05~19:45 キッズダンスA 19:55~20:50	<b>4</b>	<b>5</b> 
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b> 子ども体操(火) 18~19時 パルシー(アリーナ)  ボディサプリ 19~20時	<b>9</b> 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)17~18時	<b>10</b> コンデショニングヨガ13~14時  	<b>11</b> シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操(金)16~17時 子ども体操ステップアップ 18~19時	<b>12</b> 
<b>13</b>	<b>14</b> ズンバ	<b>15</b> パワーヨガ のびのびヨガ  ボディサプリ 19~20時	<b>16</b> 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)17~18時	<b>17</b> コンデショニングヨガ13~14時  キッズダンスC 18:00~18:25 キッズダンスB 18:30~19:15 キッズダンスA 19:00~19:55	<b>18</b> シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操(金)16~17時 子ども体操ステップアップ 18~19時	<b>19</b>
<b>20</b> 	<b>21</b> 敬老の日 	<b>22</b> 秋分の日 	<b>23</b> ピラティス  リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~ ちびっ子体操(水)17~18時	<b>24</b>  キッズダンスC 18:05~18:35 キッズダンスB 19:05~19:45 キッズダンスA 19:55~20:50	<b>25</b> シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操(金)16~17時 子ども体操ステップアップ 18~19時	<b>26</b> 
<b>27</b>	<b>28</b> ズンバ	<b>29</b> パワーヨガ のびのびヨガ	<b>30</b> 	<b>9月も特別休会を設けました。申込締切は8月25日です。その他のお手続きは従来通り前月20日迄です。お間違えございません様に！！</b>		

☆事務手続きは前月20日まで☆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。またメールでも受付しております。(電話受付は出来ません)

2020年9月号