

R1年度【第4期】教室カレンダー

No	事業名	曜日	時間	会場	1月	2月	3月	
1	健やかヨガ教室	月	10:00～11:30	燕市体育センター・武道館	6.20.27	3.10.17	2.9.16.23	
2	英語であそぼう教室	月	19:00～20:00	燕市体育センター・ミーティングルーム	6.20.27	3.10.17	2.9.16.23	
3	ボディメイクシェイプ	火	19:15～20:00	燕市体育センター・中アリーナ	7.14.21.28	4.18.25	3.10.17	
4	FATBURN 脂肪燃焼教室	火	20:15～21:00	燕市体育センター・中アリーナ	7.14.21.28	4.18.25	3.10.17	
5	はじめてヨガ教室	火	19:00～20:00	燕市体育センター・研修室	7.14.21.28	4.18.25	3.10.17	
6	みんなのヨガ教室	火	20:15～21:15	燕市体育センター・研修室	7.14.21.28	4.18.25	3.10.17	
7	女性テニス教室(レベルUP)	水	10:00～12:00	燕市体育センター・アリーナ	8.15..22.29	5.19.26	4.11.18	
8	グラウンドゴルフ教室	水	9:30～11:30	燕市交通公園(雨天時:スポーツランド燕)	8.15..22.29	5.19.26	4.11.18	
9	コンディショニング教室	水	10:00～11:30	燕市体育センター・武道館	8.15..22.29	5.19.26	4.11.18	
10	はじめてフィットネス教室	水	14:00～15:00	燕市体育センター・武道館	8.15..22.29	5.19.26	4.11.18	
11	健康づくりスポレック教室	水	13:30～15:00	燕市体育センター・アリーナ	8.15..22.29	5.19.26	4.11.18	
12	体イキイキ骨ナビエクササイズ	水	15:30～16:30	燕市体育センター・武道館	8.15..22.29	5.19.26	4.11.18	
13	燕放課後すぽーつたいむ	水	17:00～17:45	燕市体育センター・中アリーナ		26	4.11.18.25	
14	女性テニス教室	木	9:15～11:15	燕市体育センター・アリーナ	9.16.23.30	13.20.27	5.12.19	
15	スマイルエアロビ教室	木	10:00～11:00	燕市体育センター・武道館	9.16.23.30	13.20.27	5.12.19	
16	水中運動教室	木	13:30～15:00	燕B&G海洋センター	9.16.23.30	13.20.27	5.12.19	
17	はじめてヨガ教室	木	19:00～20:00	燕市体育センター・研修室	9.16.23.30	13.20.27	5.12.19	
18	みんなのヨガ教室	木	20:15～21:15	燕市体育センター・研修室	9.16.23.30	13.20.27	5.12.19	
19	美呼吸姿勢教室(ブリービクス)	金	10:30～11:30	燕市体育センター・武道館	10.17.24.31	7.21.28	6.13.27	
20	エンジョイスポレック教室	金	10:00～11:30	燕市体育センター・アリーナ	10.17.24.31	14.21.28	6.13.27	
21	ゆがみ改善! 骨盤呼吸体操	金	14:30～15:30	燕市体育センター・武道館	10.17.24.31	7.21.28	6.13.27	
22	わんぱくスポーツ教室	金	19:00～20:00	勤労者体育センター	10.17.24.31	14.21.28	6.13.27	
23	バウンドテニス教室	金	20:00～21:30	勤労者体育センター	10.17.24.31	14.21.28	6.13.27	
24	親子かけっこ教室	土	14:00～15:30	燕市体育センター・武道館	11.18.25	8.15.22.29	7.14.21	