

# スポーピアよしだ R7年度【第2期】教室カレンダー

※日程は変更になる場合があります。

吉田産業会館

ビジョンよしだ

| No | 事業名                       | 曜日 | 時間          | 会場       | 7月          | 8月        | 9月         |
|----|---------------------------|----|-------------|----------|-------------|-----------|------------|
| 1  | スポレック教室                   | 月  | 10：00～11：30 | 吉田総合体育館  | 7・14・28     | 4・18・25   | 1・8・22・29  |
|    |                           | 火  | 13：30～15：00 |          | 8・15・22・29  | 5・19・26   | 2・9・16     |
|    |                           | 木  |             |          | 10・17・24・31 | 7・21・28   | 4・11・18    |
| 2  | 大人のわくわく運動教室               | 水  | 10：30～11：45 | 吉田総合体育館  | 9・16・23     | 6・20・27   | 3・10・17・24 |
| 3  | レインボー健康体操教室               | 水  | 10：30～11：45 | ビジョンよしだ  | 9・16・23・30  | 6・20・27   | 3・10・17    |
|    | レインボー健康体操教室               | 金  | 10：30～11：45 | ビジョンよしだ  | 11・18・25    | 1・8・22・29 | 5・12・19    |
| 4  | にこにこエアロビクス                | 木  | 10：30～11：30 | ビジョンよしだ  | 10・17・24・31 | 7・21・28   | 4・11・18    |
| 5  | 【夏季限定】<br>ウォーキングのための筋トレ教室 | 金  | 10：30～11：30 | 吉田総体 研修室 | 4・11・18     | 1・8・22・29 | 5・12・19    |
| 6  | ヨガレッチ                     | 火  | 9：45～10：45  | 吉田産業会館   | 8・15・22・29  | 19・26     | 2・9・16・30  |
| 7  | かんたんエクササイズ                | 火  | 11：00～11：45 |          |             |           |            |
| 8  | ZUMBA GOLD®               | 木  | 10：00～11：00 | 吉田産業会館   | 3・10・24・31  | 7・21・28   | 11・18・25   |
| 9  | キッズ初心者体操教室                | 月  | 18：15～19：00 | 吉田総合体育館  | 7・14・28     | 4・18・25   | 1・8・22・29  |
| 10 | ジュニア初心者体操                 | 月  | 19：00～20：00 | 吉田総合体育館  | 7・14・28     | 4・18・25   | 1・8・22・29  |
| 11 | ジュニア運動塾                   | 月  | 19：00～20：00 | 吉田総合体育館  | 7・14・28     | 4・18・25   | 1・8・22・29  |
| 12 | ジュニアアクティブ教室               | 金  | 18：00～19：00 | 吉田総合体育館  | 4・11・18・25  | 8・22・29   | 5・12・19    |

※暑い季節になります。体調がすぐれない場合は、熱中症や転倒などの危険もありますので、無理をなさらないようお願いします。

(クラブ加入の傷害保険は教室活動中のみ適用され、会場までの往復時は適用外です)

※万が一、会場や講師の都合で教室が開催できなくなった場合はこちらからご連絡いたします。

★ 9/18のZUMBAは2階研修室です