

スポーピアよしだ R7年度【第4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 | 1月 | 2月 | 3月 |
|----|--------------------------|----|-------------|---------|------------|------------|--------------|
| 1 | スポレック教室 | 月 | 10：00～11：30 | 吉田総合体育館 | 19・26 | 2・9・16 | 2・9・16・23・30 |
| | | 火 | 13：30～15：00 | | 13・20・27 | 3・10・17・24 | 3・10・17 |
| | | 木 | | | 8・15・22・29 | 5・12・19・26 | 5・12 |
| 2 | 大人のわくわく運動教室 | 水 | 10：30～11：45 | 吉田総合体育館 | 7・14・21・28 | 4・18・25 | 4・11・18・25 |
| 3 | レインボー健康体操教室 | 水 | 10：30～11：45 | ビジョンよしだ | 7・14・21・28 | 4・18・25 | 4・11・18 |
| | レインボー健康体操教室 | 金 | 10：30～11：45 | ビジョンよしだ | 9・16・23・30 | 6・13・20・27 | 6・13 |
| 4 | <div>満員</div> にこにこエアロビクス | 木 | 10：30～11：30 | ビジョンよしだ | 8・15・22・29 | 5・12・19・26 | 5・12 |
| 5 | 体育館でウォーキング | 金 | 10：30～11：30 | 吉田総合体育館 | 9・16・23・30 | 6・13・20・27 | 6・13 |
| 6 | ヨガレッチ | 火 | 9：45～10：45 | 吉田産業会館 | 13・20・27 | 3・10・24 | 3・10・17・24 |
| 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 | 8・15・22・29 | 5・19・26 | 5・12・19 |
| 9 | <div>満員</div> キッズ初心者体操教室 | 月 | 18：15～19：00 | 吉田総合体育館 | 19・26 | 2・9・16 | 2・9・16・23・30 |
| 10 | <div>満員</div> ジュニア初心者体操 | 月 | 19：00～20：00 | 吉田総合体育館 | 19・26 | 2・9・16 | 2・9・16・23・30 |
| 11 | ジュニア運動塾 | 月 | 19：00～20：00 | 吉田総合体育館 | 19・26 | 2・9・16 | 2・9・16・23・30 |
| 12 | ジュニアアクティブ教室 | 金 | 18：00～19：00 | 吉田総合体育館 | 9・23・30 | 6・13・20・27 | 6・13・27 |

※暴風雪など、悪天候が予想される場合は、転倒や交通事故等の危険もありますので、無理をなさらないようお願い致します。

(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)