

スポーピアよしだ R8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	6・13・27	3・17・24・31	7・14・28
		火	13：30～15：00		7・14・21・28	4・18・25	1・8・15
		木			9・16・23・30	6・20・27	3・10・17
2	大人のわくわく運動教室	水	10：30～11：45	吉田総合体育館	1・8・22・29	5・19・26	2・9・16・30
3	レインボー健康体操教室	水	10：30～11：45	ビジョンよしだ	8・15・29	5・19・ 26	2・9・16・30
	レインボー健康体操教室	金	10：30～11：45	ビジョンよしだ	3・10・17・31	7・21・ 28	4・11・18・25
4	若干名 にここにエアロビクス	木	10：30～11：30	ビジョンよしだ	2・9・16・30	6・20・ 27	3・10・17・ 10/1
5	【夏季限定】 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	10・17・24・31	7・21・28	4・11・18
6	ヨガレッチ	火	9：45～10：45	吉田産業会館	7・14・21・28	4・18・25	1・15・29
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	2・9・16・23・30	20・27	10・17・24
9	キッズ初心者体操教室	月	18：15～19：00	吉田総合体育館	6・13・27	3・17・24・31	7・14・28
10	若干名 ジュニア初心者体操教室	月	19：00～20：00	吉田総合体育館	6・13・27	3・17・24・31	7・14・28
11	ジュニア運動塾	月	19：00～20：00	吉田総合体育館	6・13・27	3・17・24・31	7・14・28
12	初心者スポーツ教室	金	18：00～19：00	吉田総合体育館	10・17・24・31	7・21・28	11・18・25

※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)