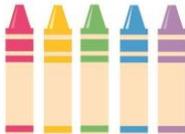
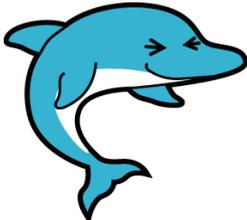


8月 山田市民体育館 1日スポーツ教室

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
休館日	9:30~10:30 健康ストレッチ	9:30~10:30 健康ストレッチ	9:30~10:30 かんたんエアロⅡ		9:30~10:30 シェイプアップ
	10:45~11:45 ストレッチ&ダンベル	10:45~11:45 健康ストレッチ	11:00~11:50 かんたんエアロ		
		19:15~20:45 トレーニング室 利用者実技講習会			

8/8(月) ~ 8/20(土) 休講



22	23	24	25	26	27
10:00~11:30 トレーニング室 利用者実技講習会	9:30~10:30 健康ストレッチ	9:30~10:30 健康ストレッチ	9:30~10:30 かんたんエアロⅡ		9:30~10:30 シェイプアップ
10:30~11:30 ストレッチ&ダンベル	10:45~11:45 ストレッチ&ダンベル	10:45~11:45 健康ストレッチ	11:00~11:50 かんたんエアロ		
		19:15~20:45 トレーニング室 利用者実技講習会	18:30~19:20 かんたんステップⅡ 19:35~20:35 かんたんエアロⅡ		
29	30	31	<p>※午後の教室は実施致しません(8月のみ) ※原則、マスク着用となりますが呼吸が乱れる場合などは外してご参加下さい。 ※マスク着用、教室開催時間など予定が変更になる場合があります。</p>		
10:00~11:30 トレーニング室 利用者実技講習会	9:30~10:30 健康ストレッチ	9:30~10:30 健康ストレッチ			
10:30~11:30 ストレッチ&ダンベル	10:45~11:45 ストレッチ&ダンベル	10:45~11:45 健康ストレッチ			
		19:15~20:45 トレーニング室 利用者実技講習会			

 : 予約制です。受講希望日の前月1日から先着順で予約可能です。定員になり次第締め切ります。

 : 教室開始30分前から先着順受付の1日スポーツ教室です。予約の必要はありません。直接来館してください。

参加料金: 大人150円・小中学生70円(納められた参加料は、原則としてお返しいたしません。)

※吹田市外在住の方は10割増し(ただし吹田市在勤・在学は市内料金)です。

※回数券はご利用頂けません。

山田市民体育館 06-6876-8855