



2025年1月度 あしたかミス/ 大人のスクール

♥参加するレッスンに必ずご予約ください♥ 予約先：愛鷹広域公園 TEL:055-924-8878

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1	2	3	4	5
		年始休業			 <p>あけまして おめでとう ございます</p> <p>楽しく元気に参加して下さい!</p>	
6	7	8	9	12		
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルティック 14:15-15:15 役員室?	ホールエクササイズ&ひめつし 10:00-11:00 トレーニング室?	ストレッチ 13:30-14:30 トレーニング室? 脳トレ 14:45-15:45 役員室?	ララフィット 11:15-12:15 トレーニング室?			
13	14	15	16	19		
水極拳 13:00-14:00 野球場会議室 ノルティック 14:15-15:15 野球場会議室	ホールエクササイズ&ひめつし 10:00-11:00 トレーニング室?	ストレッチ 13:30-14:30 トレーニング室? 脳トレ 14:45-15:45 役員室?	ララフィット 11:15-12:15 トレーニング室?			
20	21	22	23	24	25	26
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルティック 14:15-15:15 役員室?	ホールエクササイズ&ひめつし 10:00-11:00 役員室?	ストレッチ 13:30-14:30 役員室? 脳トレ 14:45-15:45 役員室?	ララフィット 11:15-12:15 役員室?			
27	28	29	30	31		
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルティック 14:15-15:15 役員室?	ホールエクササイズ&ひめつし 10:00-11:00 トレーニング室?		ララフィット 11:15-12:15 トレーニング室?			

お知らせ

- ・どの教室も予約が必要となります。ご予約ください
- ・施設の都合でお部屋の変更がございます
変更時にはご連絡させていただきます

お問い合わせ

公式LINE インスタ HP



愛鷹広域公園 TEL 055-924-8878

☆色んな情報も掲載されています☆



2025年2月度 あしたかミス/ 大人のスクール

♥参加するレッスンに必ずご予約ください♥ 予約先：愛鷹広域公園 TEL:055-924-8878

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルティック 14:15-15:15 役員室?	ホールエクササイズ&ひめつし 10:00-11:00 野球場会議室	ストレッチ 13:30-14:30 役員室? 脳トレ 14:45-15:45 役員室?	ララフィット 11:15-12:15 野球場会議室			
10	11	12	13	14	15	16
水極拳 13:00-14:00 野球場会議室 ノルティック 14:15-15:15 野球場会議室		ストレッチ 13:30-14:30 役員室? 脳トレ 14:45-15:45 役員室?	ララフィット 11:15-12:15 野球場会議室			
17	18	19	20	21	22	23
ノルティック 14:15-15:15 役員室?	ホールエクササイズ&ひめつし 10:00-11:00 役員室?	ストレッチ 13:30-14:30 役員室? 脳トレ 14:45-15:45 役員室?	ララフィット 11:15-12:15 役員室?			
24	25	26	27	28		
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルティック 14:15-15:15 役員室?	ホールエクササイズ&ひめつし 10:00-11:00 役員室?		ララフィット 11:15-12:15 役員室?			