

令和2年度 倉吉スポーツセンター 定期教室スケジュール

(10月～12月)

【チェアーエクササイズ教室】

会場：スポーツセンター2F研修室

ぬりつぶしは教室休講日です。

2020年		10月					
月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

		11月					
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23 30	24	25	26	27	28	29	

		12月					
月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

【ピラティス教室】

会場：スポーツセンター2F研修室

2020年		10月					
月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

		11月					
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23 30	24	25	26	27	28	29	

		12月					
月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

【ヨガ教室】

会場：スポーツセンター2F研修室

2020年		10月					
月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

		11月					
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23 30	24	25	26	27	28	29	

		12月					
月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

【エアロビクス教室】

会場：スポーツセンター体育館

2020年		10月					
月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

		11月					
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23 30	24	25	26	27	28	29	

		12月					
月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

【リラクゼーションストレッチ】

会場：スポーツセンター2F研修室

2020年		10月					
月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

		11月					
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23 30	24	25	26	27	28	29	

		12月					
月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

※施設、講師都合によりお休みとなる場合はご予約いただいている皆様へ事前にお知らせいたします。

【お問合せ】 倉吉スポーツセンター TEL 0858-22-5674