

# 大人のスクール スケジュール



## 2023年6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
			アット 11:15-12:15 役員室1	脳トレ 11:15-12:15 役員室1		
5	6	7	8	9	10	11
				脳トレ 11:15-12:15 役員室1		
12	13	14	15	16	17	18
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	ひめトレ 10:00-11:00 役員室1		アット 11:15-12:15 役員室1	脳トレ 11:15-12:15 役員室1		
19	20	21	22	23	24	25
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	ひめトレ 10:00-11:00 役員室1		アット 11:15-12:15 役員室1			
26	27	28	29	30		
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	ひめトレ 10:00-11:00 役員室1		アット 11:15-12:15 役員室1	脳トレ 11:15-12:15 役員室1		



## 2023年7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 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	ひめトレ 10:00-11:00 役員室1		アット 11:15-12:15 役員室1	脳トレ 11:15-12:15 役員室1		
10	11	12	13	14	15	16
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	ひめトレ 10:00-11:00 役員室1		アット 11:15-12:15 役員室1	脳トレ 11:15-12:15 役員室1		
17	18	19	20	21	22	23
	ひめトレ 10:00-11:00 役員室1		アット 11:15-12:15 役員室1			
24	25	26	27	28	29	30
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1	ひめトレ 10:00-11:00 役員室1		アット 11:15-12:15 役員室1	脳トレ 11:15-12:15 役員室1		
31						
水極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室1						