

大人のスクール スケジュール



2023年5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 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	2	3	4	5 脳トレ 11:15-12:15 役員室！	6	7
8 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	9 ひめトレ 10:00-11:00 役員室！	10	11 ララフィット 11:15-12:15 役員室！	12 脳トレ 11:15-12:15 役員室！	13	14
15 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	16 ひめトレ 10:00-11:00 役員室！	17	18 ララフィット 11:15-12:15 役員室！	19 脳トレ 11:15-12:15 役員室！	20	21
22 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	23 ひめトレ 10:00-11:00 役員室！	24	25 ララフィット 11:15-12:15 役員室！	26 脳トレ 11:15-12:15 役員室！	27	28
29 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	30 ひめトレ 10:00-11:00 役員室！	31				



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 ララフィット 11:15-12:15 役員室！	2 脳トレ 11:15-12:15 役員室！	3	4
5	6	7	8	9 脳トレ 11:15-12:15 役員室！	10	11
12 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	13 ひめトレ 10:00-11:00 役員室！	14	15 ララフィット 11:15-12:15 役員室！	16 脳トレ 11:15-12:15 役員室！	17	18
19 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	20 ひめトレ 10:00-11:00 役員室！	21	22 ララフィット 11:15-12:15 役員室！	23	24	25
26 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 /ルティック 14:15-15:15 役員室！	27 ひめトレ 10:00-11:00 役員室！	28	29 ララフィット 11:15-12:15 役員室！	30 脳トレ 11:15-12:15 役員室！		