



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お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 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルディック 14:15-15:15 役員室1	4 ホールエクササイズ&ひめトレ 10:00-11:00 野球会場講室	5 おしんチーズ 13:30-14:30 トレーニング室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	6 テラフィット 11:15-12:15 球場会議室	7	8	9
10 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルディック 14:15-15:15 役員室1	11	12 おしんチーズ 13:30-14:30 トレーニング室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	13 テラフィット 11:15-12:15 野球会場講室	14	15	16
17 ノルディック 14:15-15:15 役員室1	18 ホールエクササイズ&ひめトレ 10:00-11:00 トレーニング室1	19 おしんチーズ 13:30-14:30 トレーニング室1 脳トレ 14:45-15:45 役員室1	20 テラフィット 11:15-12:15 トレーニング室1	21	22	23
24 太極拳 13:00-14:00 トレーニング室 ノルディック 14:15-15:15 役員室1	25 ホールエクササイズ&ひめトレ 10:00-11:00 トレーニング室1	26	27 テラフィット 11:15-12:15 トレーニング室1	28		

~~~~お知らせ~~~~

- ・2/6,13は野球場会議室からトレーニング室1へ変更となる可能性があります、ご承知おき下さい
- ・どの教室も予約が必要となります、ご予約ください

### お問い合わせ

公式LINE インスタ HP



愛鷹広域公園 TEL 055-924-8878

☆色々な情報も掲載されています☆



## 2025年3月度 あしたかミス/ 大人のスクール

♡参加するレッスンにお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<br>太極拳 13:00-14:00<br>トレーニング室<br>ノルディック 14:15-15:15<br>役員室1  | 4<br>ホールエクササイズ&ひめトレ<br>10:00-11:00<br>トレーニング室1  | 5<br>おしんチーズ 13:30-14:30<br>トレーニング室1<br>脳トレ 14:45-15:45<br>役員室1  | 6<br>テラフィット 11:15-12:15<br>トレーニング室1  | 7   | 8   | 9   |
| 10<br>ノルディック 14:15-15:15<br>野球場会議室                             | 11<br>ホールエクササイズ&ひめトレ<br>10:00-11:00<br>トレーニング室1 | 12<br>おしんチーズ 13:30-14:30<br>トレーニング室1<br>脳トレ 14:45-15:45<br>役員室1 | 13<br>テラフィット 11:15-12:15<br>トレーニング室1 | 14  | 15  | 16  |
| 17<br>太極拳 13:00-14:00<br>トレーニング室<br>ノルディック 14:15-15:15<br>役員室1 | 18<br>ホールエクササイズ&ひめトレ<br>10:00-11:00<br>トレーニング室1 | 19<br>おしんチーズ 13:30-14:30<br>トレーニング室1<br>脳トレ 14:45-15:45<br>役員室1 | 20                                   | 21  | 22  | 23  |
| 24<br>太極拳 13:00-14:00<br>トレーニング室<br>ノルディック 14:15-15:15<br>役員室1 | 25<br>ホールエクササイズ&ひめトレ<br>10:00-11:00<br>トレーニング室1 | 26                                                              | 27<br>テラフィット 11:15-12:15<br>トレーニング室1 | 28  | 29  | 30  |
| 31                                                             |                                                 |                                                                 |                                      |     |     |     |