

# 吉田総合体育館教室

下記の時間は教室開始時間です。

椅子使用の教室定員16名 その他の教室定員10名になります。

～教室予約は前日の12時から予約を開始いたします。～

9月22日(木) 19:00～ 体育館でのカラダ遊び ㊦  
(※ミニラケットスポーツ)

23日(金・祝) 10:00～ かんたんステップ ㊦  
13:30～ すっきりシェイプ ㊦

24日(土) 13:30～ 初めてトレーニング ㊦

9月25日(日)と26日(月)の教室予約は24日(土)12:00～受付開始となります

9月25日(日)はスタッフが不在となります。

25日(日) 9:30～ ヨガ&ストレッチ ㊦  
11:00～ ストレッチ&ポールストレッチ ㊦

26日(月) 13:30～ レインボー教室 ㊦  
19:00～ サーキットトレーニング ㊦

9月28日(水)の教室予約は26日(月)12:00～受付開始となります

9月27日(火)はスタッフが不在となります。

27日(火)の教室はお休みになります。

28日(水) 13:30～ レインボー教室 ㊦  
15:00～ サーキットトレーニング ㊦

各教室申し込み人数が少ない場合は1教室にまとめる場合も  
ございますので予めご了承ください。

日程内容の変更がある場合がございますので予めご了承ください。

会場 吉田総合体育館会議室

参加料 1教室1回につき/300円

持ちもの 運動できる服装、内履き、タオル、補給用の水分

参加の際はマスク着用が無いと参加できませんのでご用意ください。

楽しそう



お問い合わせ先

ビジョンよしだ 0256-93-6600