

スポーツクラブのしる 教室カレンダー (2020.3月分)

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ■太極拳教室 ■エアロ&ステップエクササイズ ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	3 ■ファミリースポーツ教室 ■ヨガ教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	4 ■朝ヨガ教室 ■ファン！フィットネス ■マシントレーニング教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	5 ■多種目スポーツ教室 ■ラージボール卓球教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	6 ■軽運動教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	7
8	9 ■太極拳教室 ■エアロ&ステップエクササイズ ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	10 ■ファミリースポーツ教室 ■ヨガ教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	11 ■朝ヨガ教室 ■ファン！フィットネス ■バスケットボール教室 ■マシントレーニング教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	12 ■多種目スポーツ教室 ■ラージボール卓球教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	13 ■軽運動教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止	14 ■親子遊び・運動教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止
15	16 ■太極拳教室 講師：太極拳協会 時間：11:00～12:00 場所：能総体 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目：エアロビクス 講師：安井 加奈子先生 時間：19:30～20:30 場所：能総体	17 ■ファミリースポーツ教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止 ■ヨガ教室 講師：大山 美樹先生 時間：19:30～20:45 場所：能総体	18 ■朝ヨガ教室 講師：大山 美樹先生 時間：10:00～11:15 場所：能総体 ■マシントレーニング教室 講師：小笠原 光 時間：19:30～20:45 場所：能総体 ■ファン！フィットネス 種目：サーキット脳トレ 講師：小笠原 光 時間：14:00～15:00 場所：能総体	19 ■多種目スポーツ教室 種目：健脚度測定 講師：小笠原・長谷川 時間：10:00～11:30 場所：能総体 ■ラージボール卓球教室 講師：ラージボール卓球協会 時間：13:00～15:00 場所：アリナス	20	21
22	23 ■太極拳教室 講師：太極拳協会 時間：11:00～12:00 場所：能総体 ■エアロ&ステップエクササイズ お休み	24 ■ファミリースポーツ教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止 ■ヨガ教室 講師：大山 美樹先生 時間：19:30～20:45 場所：能総体	25 ■朝ヨガ教室 講師：大山 美樹先生 時間：10:00～11:15 場所：能総体 ■バスケットボール教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止 ■マシントレーニング教室 講師：小笠原 光 時間：19:30～20:45 場所：能総体 ■スローエアロビクス教室 講師：川尻 邦子先生 時間：10:00～11:30 場所：能総体 ■ファン！フィットネス 種目：エアロビクス 講師：佐藤美奈子先生 時間：14:00～15:00 場所：能総体	26 ■多種目スポーツ教室 種目：8人制バレーボール 講師：小笠原・長谷川 時間：10:00～11:30 場所：能総体 ■ラージボール卓球教室 講師：ラージボール卓球協会 時間：13:00～15:00 場所：能総体	27 ■軽運動教室 種目：健康増進プログラム 講師：小笠原 光 時間：10:00～11:00 場所：能総体	28 ■親子遊び・運動教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止
29	30 ■太極拳教室 講師：太極拳協会 時間：11:00～12:00 場所：能総体 ■エアロ&ステップエクササイズ 種目：エアロビクス 講師：安井 加奈子先生 時間：19:30～20:30 場所：能総体	31 ■ファミリースポーツ教室 ※コロナウイルスの感染症対策のため、中止 ■ヨガ教室 講師：大山 美樹先生 時間：19:30～20:45 場所：能総体				