

2024年 5月 Ama-Spo club 予定表

日	曜日	教室名	開講時間	開講場所
1	水	やさしいリズム体操	10:10~11:40	展示ホール
		※ヨガ教室はお休みです。		
2	木	ベリーダンス	10:10~11:40	展示ホール
		初心者向けフラダンス教室	13:15~14:45	展示ホール
3	金	憲法記念日		
4	土	みどりの日		
5	日	こどもの日		
6	月	振替休日		
7	火	休館日		
8	水	やさしいリズム体操	10:10~11:40	展示ホール
		ヨガ教室	13:15~14:45	展示ホール
9	木	ベリーダンス	10:10~11:40	展示ホール
		初心者向けフラダンス教室	13:15~14:45	展示ホール
10	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール
11	土			
12	日			
13	月	休館日		
14	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
15	水	やさしいリズム体操	10:10~11:40	展示ホール
		ヨガ教室	13:15~14:45	展示ホール
16	木	ベリーダンス	10:10~11:40	展示ホール
		初心者向けフラダンス教室	13:15~14:45	展示ホール
17	金	※コンディショニングはお休みです。		
18	土			
19	日			
20	月	休館日		
21	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	体育館
22	水	やさしいリズム体操	10:10~11:40	体育館
		ヨガ教室	13:15~14:45	体育館
23	木	ベリーダンス	10:10~11:40	体育館
		初心者向けフラダンス教室	13:15~14:45	体育館
24	金	コンディショニング	10:10~11:40	体育館
25	土			
26	日			
27	月	休館日		
28	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
29	水	やさしいリズム体操	10:10~11:40	展示ホール
		ヨガ教室	13:15~14:45	展示ホール
30	木	ベリーダンス	10:10~11:40	展示ホール
		※初心者向けフラダンス教室はお休みです。		
31	金	コンディショニング	10:10~11:40	体育館

5月

※必ず市民センターのロビーにご集合ください。受付後、会場はご案内いたします。

集合時間は午前の部(㊦㊦㊦)は10時、午後の部(㊦㊦)は13時です。