

2024年 7月 Ama-Spo club 予定表

日	曜日	教室名	開講時間	開講場所
1	月	休館日		
2	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
3	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
4	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
5	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール
6	土			
7	日			
8	月	休館日		
9	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
10	水	※やさしいリズム体操はお休みです。		
		休講 ヨガ教室	13:15~14:45	展示ホール
11	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
12	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール
13	土			
14	日			
15	月	海の日		
16	火	休館日		
17	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
18	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
19	金	※コンディショニングはお休みです。		
20	土			
21	日			
22	月	休館日		
23	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
24	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
25	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
26	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール
27	土			
28	日			
29	月	休館日		
30	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
31	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

※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。

6/26松本先生より連絡あり