

2024年 9月 Ama-Spo club 予定表

日	曜日	教室名	開講時間	開講場所
1	日			
2	月	休館日		
3	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
4	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
5	木	初心者向けベリーダンス	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
6	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール
7	土			
8	日			
9	月	休館日		
10	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール
11	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
12	木	初心者向けベリーダンス	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
13	金	コンディショニング	10:10~11:40	剣道場
14	土			
15	日			
16	月	敬老の日		
17	火	休館日		
18	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
19	木	初心者向けベリーダンス	10:10~11:40	剣道場
		初心者向けフラダンス教室	13:15~14:45	剣道場
20	金	※コンディショニングはお休みです。		
21	土			
22	日	秋分の日		
23	月	振替休日		
24	火	休館日		
25	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
26	木	初心者向けベリーダンス	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
27	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール
28	土			
29	日			
30	月	休館日		

※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。