

2025年 2月 Ama-Spo club 予定表

日	曜日	教室名	開講時間	開講場所	
1	土				
2	日				
3	月				休館日
4	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール	
5	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	
6	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	
7	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール	
8	土				
9	日				
10	月				休館日
11	火	建国記念の日			
12	水	休館日			
13	木	初心者向けベリーダンス	10:10~11:40	展示ホール	
		休講 初心者向けフラダンス教室	13:15~14:45	展示ホール	
14	金	コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール	
15	土				
16	日				
17	月				休館日
18	火	やさしい体幹トレーニング	10:10~11:40	展示ホール	
19	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	
20	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	
21	金	※コンディショニングはお休みです。			
22	土				
23	日				天皇誕生日
24	月				振替休日
25	火	休館日			
26	水	やさしいリズム体操			10:10~11:40
26	水	ヨガ教室	13:15~14:45	展示ホール	
		初心者向けベリーダンス	10:10~11:40	展示ホール	
27	木	初心者向けフラダンス教室	13:15~14:45	展示ホール	
		コンディショニング	10:10~11:40	展示ホール	
28	金	コンディショニング	10:10~11:40	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(火)(水)(木)は10時、午後の部(火)(水)は13時です。