

若草体育館

水曜日 19:00 ~ 1時間

問合せ番号 ☎ 055-236-8555



回数 8

| 9月 |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |

| 10月 |    |    |    |    |    |    |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日   | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|     |    |    |    |    | 1  | 2  |
| 3   | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 10  | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17  | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24  | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31  |    |    |    |    |    |    |

| 11月 |    |    |    |    |    |    |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日   | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|     | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 7   | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14  | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21  | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28  | 29 | 30 |    |    |    |    |

| 12月 |    |    |    |    |    |    |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日   | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|     |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5   | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12  | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19  | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26  | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |

 が開催日です  
 は予備日

※ 開始時間は **19:00** です。

- \* 出席表に ○ をつけて入館して下さい。
- \* ヨガマット、または大き目のタオルをお持ちください。
- \* 危険ですのでお子様連れでのご参加はご遠慮ください。
- \* 入館可能時間は、教室開始10分前とします。
- \* 鏡の設営など、会場の準備・片付けにご協力ください。
- \* 教室のビデオ撮影や録音行為は禁止します。
- \* 水分補給をすることもありますので、スポーツ飲料や麦茶等の飲物をご持参ください。  
また、汗をかきますので、タオル等を忘れないようにしてください。
- \* 密を回避するため、入場、退場等のソーシャルディスタンスにご協力ください。
- \* レッスン終了後は速やかに退館してください。