

9月の講習会スケジュール

月会員(有料レッスン)！！ 9月教室スケジュール

高橋合気道スクールは始まるみませんか？

| 水曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 4 16:00~ | 6 12:00~ | 7 18:00~ | 8 |
| 11 19:00~ | 13 | 14 18:00~ | 15 10:00~ |
| 18 16:00~ | 20 12:00~ | 21 15:00~ | 22 |
| 25 19:00~ | 27 12:00~ | 28 15:00~ | 29 |
| | | | |

| 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----------------------------|-----|--|---------------------------------|
| 3 | 4 | 5 | 6 エアロビクス(初級) 10:00~11:00 サーキットトレーニング 13:15~14:00 | 7 |
| 10 | 11 バランス体操 14:00~14:45 | 12 | 13 エアロビクス(初級) 10:00~11:00 | 14 エアロビクス(中級) 10:00~11:00 |
| 17 | 18 | 19 | 20 エアロビクス(初級) 10:00~11:00 | 21 エアロビクス(中級) 10:00~11:00 |
| 24 | 25 バランス体操 14:00~14:45 | 26 | 27 サーキットトレーニング 13:15~14:00 | 28 エアロビクス(中級) 10:00~11:00 |
| | | | | |

○講習会は予約制です。お電話での予約もできます。当日に空きがあれば当日受付もいたします

○開始5分前までに手続きとお着替えをお済ませください。 ○講習会・レッスンは変更になる場合もあります。ご了承ください。