

11月の講習会スケジュール

会員の方限定！レッスン！！ 11月教室スケジュール

高松市体育センター 11月教室スケジュールをみませんか？

水曜日	金曜日		
2 16:00~	4 12:00~		
9 16:00~	11		
16 16:00~	18		
23	25 12:00~		
30 16:00~			

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3 ヨガ教室 10:30~11:30	4 エアロビクス(初級) 10:00~11:00 サーキットトレーニング 14:00~14:45	5 エアロビクス(中級) 10:00~11:00
	9 バランス体操 14:00~14:45	10 ヨガ教室 10:30~11:30	11	12
	16	17 ヨガ教室 10:30~11:30	18 エアロビクス(初級) 10:00~11:00	19
	23	24 ヨガ教室 10:30~11:30	25 エアロビクス(初級) 10:00~11:00 サーキットトレーニング 14:00~14:45	26
	30 バランス体操 14:00~14:45			

○コロナ感染予防対策しての開催となります。開催は状況により変更の可能性がございます。

※開始時間の5分前までに受付をお済ませ下さい。(予約制)