

8月の講習会スケジュール

会員の方限定！レッスン！！ 8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		
3 16:00~	5 12:00~		
10 16:00~	12 12:00~		
17 16:00~	19 12:00~		
24 16:00~	26 12:00~		
31 16:00~			

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	3 バランス体操 14:00~14:45	4 ヨガ教室 10:30~11:30	5 エアロビクス(初級) 10:00~11:00	6 エアロビクス(中級) 10:00~11:00
	10 バランス体操 14:00~14:45	11 ヨガ教室 10:30~11:30	12 エアロビクス(初級) 10:00~11:00	13 エアロビクス(中級) 10:00~11:00
	17	18 ヨガ教室 10:30~11:30	19 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	20 エアロビクス(中級) 10:00~11:00
	24	25 ヨガ教室 10:30~11:30	26 サーキットトレーニング 14:00~14:45	27
	31			

◎コロナ感染予防対策として当面の間、回数を限定しての開催となります。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)

※変更になる場合があります。ご了承ください。