

9月の講習会スケジュール

会員の方限定！レッスン！！ 9月教室スケジュール

高橋会体は習いごとスクールに今から始めてみませんか？

水曜日	金曜日		
1	3		
8	10		
15 16:00~	17 12:00~		
22 16:00~	24 12:00~		
29 16:00~			

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15 バレトン教室 10:00~11:00	16 ヨガ教室 10:30~11:30	17 エアロビクス(初級) 10:00~11:00	18 エアロビクス(中級) 10:00~11:00
21	22 バレトン教室 10:00~11:00 バランス体操 14:00~14:45	23 ヨガ教室 10:30~11:30	24 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	25 エアロビクス(中級) 10:00~11:00
28	29 バレトン教室 10:00~11:00	30 ヨガ教室 10:30~11:30		

- コロナ感染予防対策として当面の間、人数制限をしての開催となります。状況により変更の可能性があります。
- 感染予防対策としてマスクの着用にご協力ください。大声での会話、他の方の迷惑になるような行為はやめましょう。
- △講習会は予約制(定員5名)です。レッスン(定員10名)となっています。5分前には手続きをしてお待ちください。