

令和6年度 スポーツクラブ入善 事業予定表

3月			日	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	
			曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	祝	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	教室 毎計
	教室名	時間	場所																																
1	やさしいヨガ	9:15 ~ 10:15	研修室 中澤由美子				○							○								○						○							4
	やさしい パワーヨガ	10:15 ~ 11:15	研修室 中澤由美子				○							○								○						○							4
2	ズンバ	13:30 ~ 14:30	研修室 吉田真由美				○							○								○						○							4
3	ズンバ	20:00 ~ 21:00	研修室 吉田真由美				○							○								○							休						3
4	ステップエク ササイズ	14:50 ~ 15:50	研修室 吉田真由美					○							○							○							○						4
5	やさしいヨガ (夜の部)	19:30 ~ 20:30	研修室 中澤由美子					○							○							○							○						4
6	レッツ !! スポーツ	19:30 ~ 20:30	メインアリーナ 中野悦子					○														○													2
7	歌謡曲体操 & ストレッチ	9:30 ~ 10:30	研修室 吉田真由美						○							○														○					3
8	かんたんピラ ティス	10:50 ~ 11:50	柔道場 吉田真由美						○							○														○					3
9	ゆったりヨガ	14:00 ~ 15:00	研修室 西田史子						○							○														○					3
10	ズンバ ゴールド	9:50 ~ 10:50	研修室 吉田真由美							○							○														○				3
		10:50 ~ 11:50	研修室 吉田真由美							○								○													○				3
11	ピルビス ワーク	13:00 ~ 14:00	研修室 藤森幸子							○							○														○				3
	日 計			0	0	0	4	3	3	3	0	0	0	4	2	3	3	0	0	0	4	3	0	0	0	0	0	3	2	3	3	0	0	0	43