

■ 7 月度レッスン休講のご案内

2025年7月10更新

日程	多目的室	剣道場	柔道場	プール
7/3木	10:30-11:00 吉永 リズム体操&踏み台			
	11:15-12:15 小柳 楽しいフラダンス		10:00-10:45 小柳 ひきしめピラティス	
	12:30-13:30 Krazy_u BODYJAM			
7/4金	10:00-10:30 野友 BODYCOMBAT			11:00-11:45 加藤 アクアビクス
	10:45-11:15 奎師 BODYBALANCE			
	11:30-12:00 後藤 BODYPUMP			
7/6(日)団体様のご予約があり以下の多目的室プログラムが休講となります。				
7/6日	10:00-11:00 後藤 BODYPUMP			
	11:20-12:20 後藤 ヨ ガ			
	12:40-13:40 MAKANA BODYJAM			
	14:00-15:00 MAKANA ZUMBA			
7/13日	12:40-13:40 MAKANA BODYJAM			
	14:00-15:00 MAKANA ZUMBA			
7/15火	12:00-12:45 上原 BODYPUMP			
7/18金	12:30-13:15 瀬尾 ヨ ガ			
7/19(土)参議院選挙準備のため以下のプログラムが休講となります。				
7/19土	10:15-11:00 野友 BODYCOMBAT			13:00-13:45 後藤 アクアビクス
	11:15-12:00 野友 ヨ ガ			
	19:15-20:15 中村 BODYCOMBAT			
	20:30-21:30 Krazy_u BODYJAM			
7/20(日)参議院選挙のため以下のプログラムが休講となります。				
7/20日	10:00-11:00 後藤 BODYPUMP			
	11:30-12:30 後藤 ヨ ガ			
	12:40-13:40 MAKANA BODYJAM			
	14:00-15:00 MAKANA ZUMBA			
7/22火				11:00-11:45 加藤 アクアビクス
7/23水	11:00-11:45 中村 BODYCOMBAT			
7/24木	20:40-21:40 奎師 BODYBALANCE			
7/25金				11:00-11:45 加藤 アクアビクス
7/26土				13:00-13:45 後藤 アクアビクス
7/29火				11:00-11:45 加藤 アクアビクス
7/31木		10:00-11:00 松浦 ヨ ガ		
	18:45-19:15 野友 BODYCOMBAT	11:15-12:15 松浦 ZUMBA		