

## ■ 8月度レッスン休講のご案内

2025年7月20更新

| 日程    | 多目的室                           | 剣道場                        | 柔道場                  | プール |
|-------|--------------------------------|----------------------------|----------------------|-----|
| 8/2土  | 19:15-20:15 中村<br>BODYCOMBAT   |                            |                      |     |
| 8/5火  | 11:00-11:45 野友<br>BODYCOMBAT   |                            |                      |     |
| 8/9土  | 10:15-11:00 野友<br>BODYCOMBAT   |                            |                      |     |
|       | 11:15-12:00 野友<br>ヨガ           |                            |                      |     |
|       | 19:15-20:15 中村<br>BODYCOMBAT   |                            |                      |     |
|       | 20:30-21:30 Krazy_u<br>BODYJAM |                            |                      |     |
| 8/10日 | 10:00-11:00 後藤<br>BODYPUMP     |                            |                      |     |
|       | 11:20-12:20 後藤<br>ヨガ           |                            |                      |     |
|       | 12:40-13:40 MAKANA<br>BODYJAM  |                            |                      |     |
|       | 14:00-15:00 MAKANA<br>ZUMBA    |                            |                      |     |
| 8/12火 |                                |                            | 10:00-11:00 根本<br>ヨガ |     |
| 8/13水 | 20:40-21:40 後藤<br>BODYPUMP     | 19:30-20:30 根本<br>ヨガ       |                      |     |
| 8/14木 | 18:45-19:15 野友<br>BODYCOMBAT   | 19:30-20:30 寺田<br>マットピラティス | 13:30-14:30 根本<br>ヨガ |     |
| 8/15金 | 11:30-12:00 後藤<br>BODYPUMP     | 12:30-13:15 瀬尾<br>ヨガ       |                      |     |
| 8/20水 |                                | 12:00-13:00 井上<br>ZUMBA    |                      |     |