

## ■ 10月度レッスン休講のご案内

2025年9月19日更新

| 日程             | 多目的室                                                 | 剣道場                     | 柔道場                    | プール                      |
|----------------|------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------|--------------------------|
| 10/1水          | 11:00-11:45 中村<br>BODYCOMBAT                         |                         |                        |                          |
| 10/3金          |                                                      |                         |                        | 11:00-11:45 加藤<br>アクアビクス |
| 10/7火          | 10:00-10:45 有泉<br>BODYBALANCE                        | 9:15-9:45 スタッフ<br>肩凝り体操 | 10:00-11:00 根本<br>YOGA |                          |
|                | 11:00-11:45 野友<br>BODYCOMBAT                         |                         |                        |                          |
|                | 12:00-12:45 吉永<br>BODYPUMP                           |                         |                        |                          |
| 10/10金<br>~12日 | 10/10(金)~10/12(日)市民スポーツレクリエーションまつり2025開催のため全プログラム休講。 |                         |                        |                          |
| 10/14火         | 休館日となります。                                            |                         |                        |                          |
| 10/22水         | 10:00-10:45 Ma@Sa<br>MEGADANZ                        |                         |                        |                          |
|                | 11:00-11:45 中村<br>BODYCOMBAT                         |                         |                        |                          |
|                | 12:00-12:30 上原<br>BODYATTACK                         |                         |                        |                          |
|                | 14:00-14:45 空師<br>健康アップ体操                            |                         |                        |                          |