

多目的グラウンドでイベント ★青空レッススン開催★

●日程 5月10日(火)～5月30日(月)

5/10(火)	13:15～14:00	走らないエアロ	星
	14:30～15:00	ボディコンバット30	小原
5/12(木)	13:15～14:00	ZUMBA	松浦
	14:15～14:45	体幹トレーニング	山下
5/15(日)	14:30～15:00	ボディコンバット30	渡部
5/19(木)	13:15～14:00	ZUMBA	松浦
5/23(月)	11:15～12:00	走らないエアロ	須田
	13:15～14:00	走らないエアロ	菅原
5/24(火)	13:15～14:00	走らないエアロ	星
	14:30～15:00	ボディコンバット30	小原
	15:15～15:45	ボディアタック30	斎藤
5/25(水)	12:30～13:15	走らないエアロ	菊地
	13:30～14:00	体幹トレーニング	山下
5/29(日)	14:30～15:00	ボディコンバット30	渡部
5/30(月)	13:15～14:00	走らないエアロ	菅原

- 場所 多目的グラウンド(事前に整理券の配布などはいたしません)
- 定員 35名(スタート時間の5分前位にグラウンドに集合ください)
- 持ち物 水分・タオル・運動できる服装でおこしてください。

雨天の場合は中止となります。
(前日のグラウンド状態により中止となる場合もございます)