

リ・ボーンはすだ

総合型地域スポーツクラブ

Tel080-6726-4085

メール hasuda_sports_club@yahoo.co.jp

http://rebornhasuda.com

ブログ http://ameblo.jp/reborn-hasuda/

FB http://www.facebook.com/rebornhasuda



黒浜北小学校		蓮田バレエスタジオ		西新宿会館		パルシー	
子ども体操(日)	13:00~14:30	パワーヨガ	13:15~14:15	ボディサプリ	19:30~20:30	キッズダンスC	18:00~18:30
子ども体操(火)	17:00~18:30	のびのびヨガ	14:30~15:30	元気アップ	13:30~14:30	キッズダンスB	18:40~19:30
トランポリン(日)	14:30~16:00	リフレッシュ体操	11:00~12:00	リラクソヨガ①	13:20~14:30	キッズダンスA	19:40~20:40
トランポリン(木)	18:00~19:10	シェイプエアロ	11:15~12:15	リラクソヨガ②	14:40~15:50	ちびっ子体操年少クラス	16:00~16:40
トランポリン(木)2部	19:15~20:25	ズンバ	10:15~11:15	親子体操	10:30~11:30	ちびっ子体操(金)	16:45~17:45
放課後クラブ	17:30~18:45	ピラティス	9:45~10:45	ちびっ子体操(水)	16:15~17:15	子ども体操ステップアップ	17:50~19:00
						コメディオンヨガ	13:00~14:00

日	月	火	水	木	金	土
<p>黒北小体育館が使用可能となりました。しかし、まだ通常使用とならない施設もあり、場所、時間等が不規則となっております。ご理解、ご協力をお願いします。</p> <p>※特別休会期間は終了しました。</p>		<p>今年度の振替期限は、無制限です。(当月もコロナ対策の為ズンバへの振替は出来ませんがご了承ください。)</p> <p>子どもクラスの皆様は、その日の体調をチェックした「健康チェックシート」を必ずお持ちください。</p>		1	2	3
				コンデショニングヨガ	コンデショニングヨガの開催時間が変更になりました。13~14時です。	
				キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA	ちびっ子体操(金) 17:00~17:50 子ども体操ステップアップ18~19時	
4	5	6	7 定例会	8	9	10
子ども体操(日) トランポリン(日)	ズンバ	パワーヨガ のびのびヨガ 子ども体操(火)	リフレッシュ体操 リラクソヨガ ①13:20~ ②14:40~	コンデショニングヨガ トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA	シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操年少 多目的室 15:20~16:00 ちびっ子体操(金) 17:00~17:50 子ども体操ステップアップ18~19時	ちびっ子体操年少 いよいよ10月スタート!!
		13	14	15	16	17
子ども体操(日) トランポリン(日)	ズンバ	パワーヨガ のびのびヨガ 子ども体操(火) ボディサプリ	ピラティス リフレッシュ体操 リラクソヨガ ①13:20~ ②14:40~ ちびっ子体操(水)	コンデショニングヨガ トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA	シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操年少 多目的室 15:20~16:00 ちびっ子体操(金) 17:00~17:50 子ども体操ステップアップ18~19時	 親子体操
18	19	20	21	22	23	24
子ども体操(日) トランポリン(日)	ズンバ	パワーヨガ のびのびヨガ 子ども体操(火) ボディサプリ	ピラティス リフレッシュ体操 リラクソヨガ ①13:20~ ②14:40~ ちびっ子体操(水)	トランポリン(木) トランポリン(木)2部	シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操年少 多目的室 15:20~16:00	
25	26	27	28	29	30	31
	子どもクラスにおきましては、保護者の入場制限にご協力ください。	ボディサプリ	ピラティス ちびっ子体操(水)	キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA } 11月分		親子体操 2020年10月号

☆事務手続きは前月20日まで ☆休会・退会・コース変更は前月20日までに各会場にある届出書を提出してください。またメールでも受付しております。(電話受付は出来ません)