

リ・ポーンはすだ

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	シェイプエアロ	11:15~12:15	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	ズンバ	10:15~11:15	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	蓮田駅西口行政センター		リラックスヨガ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	ピラティス	9:40~10:40	リラックスヨガ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	リフレッシュ体操	10:55~11:55	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	アロマヨガ	13:15~14:15	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
		ルーシーダットン	14:30~15:30			ハストピア	
						コンディショニングヨガ	10:00~11:00

日	月	火	水	木	金	土
			1 定例会議 ピラティス リフレッシュ体操 } 11月分 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	2 トランポリン(木) トランポリン(木)2部	3 シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操(金) 16:45~17:45 パルシー柔道場 子ども体操ステップアップ 17:50~19:00 パルシー柔道場	4 親子体操
5 子ども体操(日) } 11月分 トランポリン(日) }	6	7 アロマヨガ ルーシーダットン 子ども体操(火) ボディサプリ	8 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~ ちびっ子体操(水)	9 コンディショニングヨガ ハストピア多目的ルーム トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンスC } パルシー キッズダンスB } キッズダンスA }	10 シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操(金) 16:45~17:45 パルシー柔道場 子ども体操ステップアップ 17:50~19:00 パルシー柔道場	11
12 子ども体操(日) トランポリン(日)	13 ズンバ	14 アロマヨガ ルーシーダットン 子ども体操(火) ボディサプリ	15 ピラティス リフレッシュ体操 ちびっ子体操(水)	16 コンディショニングヨガ ハストピア多目的ルーム トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンスC } パルシー キッズダンスB } キッズダンスA }	17 シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操(金) 16:45~17:45 パルシー柔道場 子ども体操ステップアップ 17:50~19:00 パルシー柔道場	18
19 子ども体操(日) トランポリン(日)	20 ズンバ 	21 アロマヨガ ルーシーダットン 子ども体操(火) ボディサプリ	22 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~ ちびっ子体操(水)	23 コンディショニングヨガ ハストピア多目的ルーム トランポリン(木) } 1月分 トランポリン(木)2部 } キッズダンスC } ハストピア キッズダンスB } キッズダンスA }	24 	25
26 トランポリンパッチテスト 草加市民体育館 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。	27 ズンバ 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。	28 お休み・振替・お問い合わせのご連絡は Sgrum クラブ専用アプリからお願いします。	29 ※振替期限の特例が終了します。期限は今年度中(2022.3月中)です。早目にご利用ください！クラブ専用アプリの「連絡帳」よりお申込ください。クラスにより受付可能人数が違います。	30 <会費等のお支払方法変更のご案内> ゆうちょ銀行での引落から、順次スGRAMオンライン決済(クレジットカード支払、webコンビニ支払)へ移行しております。スGRAMがまだ使用状況でない方は、早目にご準備ください。	31 大晦日 よいお年を 	

☆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)