

リ・ポーンはすだ

総合型地域スポーツクラブ

Tel080-4063-4085

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	11:15~12:15	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	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 夏休み子ども体操教室 	2 夏休み子ども体操教室 アロマヨガ } 第2会議室 ルーシーダットン } 7月分	3 定例会議 リラックスヨガ ①13:20~ ②14:40~	4 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	5 シェイプエアロ	6 親子体操
			☆8月の成人クラスのレッスンは2回です。(夏休みを1回頂いております。)メンバーズカードの3回目は、振替または秋に開催される『からだにE〜体操』講座にご利用頂けます。※8月休会の場合は、ご利用頂けません。			
7 子ども体操(日) } パルシー トランポリン(日) } 柔道場	8 ズンバ 	9 子ども体操(火)西新宿会館 	10 	11 	12 シェイプエアロ 	13
14 	15	16	17 ピラティス リフレッシュ体操	18 トランポリン(木) トランポリン(木)2部	19 元気アップ ちびっ子体操年少 ちびっ子体操(金) 子ども体操ステップアップ	20 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。
21 子ども体操(日) } パルシー トランポリン(日) } 柔道場	22 ズンバ	23 アロマヨガ ルーシーダットン 子ども体操(火)西新宿会館 ボディサプリ	24 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)	25 コンディショニングヨガ 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	26 元気アップ ちびっ子体操年少 ちびっ子体操(金) 子ども体操ステップアップ	27 黒浜北小親子環境整備 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。
28 子ども体操(日) } パルシー トランポリン(日) } 柔道場	29 	30 アロマヨガ } 第2会議室 ルーシーダットン } 子ども体操(火)西新宿会館 ボディサプリ	31 ちびっ子体操(水)		リラックスヨガ ●対象 成人 ●日程 8/3、8/24 13:20~14:30(水) ●会場 西新宿会館 元気アップ体操 ●対象 シニア ●日程 8/19、8/26 13:30~14:30(金) ●会場 西新宿会館 ボディサプリ ●対象 成人 ●日程 8/23、8/30 19:30~20:30(火) ●会場 西新宿会館	

☆休会・コース変更は前月15日まで、退会は当月15日までに各会場にある届出書を提出してください。メールでも受付しております。(http://rebornhasuda.com/member/) 電話での受付は出来ません。

2022年8月号