



黒浜北小学校		蓮田バレエスタジオ		西新宿会館		バルシー	
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
トランポリン(日)	14:30~16:00	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(木)	18:00~19:10	蓮田駅西口行政センター		リラックスヨガ	14:00~15:10	キッズダンスA	19:40~20:40
トランポリン(木)2部	19:15~20:25	ピラティス	9:40~10:40	親子体操	10:30~11:30	ちびっ子体操年少クラス	16:00~16:40
バトントワリング	17:00~18:10	リフレッシュ体操	11:15~12:15	ちびっ子体操(水)	16:15~17:15	ちびっ子体操(金)	16:45~17:45
		アロマヨガ	13:15~14:15			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
<p>休会・コース変更の届出は、前月15日まで、退会は当月15日までです。</p>				<p>1</p> <p>キッズダンスC } ① キッズダンスB } キッズダンスA }</p>	<p>2</p> <p>シェイプエアロ 元気アップ</p> <p>ちびっ子体操(金) 見学：欠席等で見学出来なかった方 子ども体操ステップアップ</p>	<p>3</p> <p>親子体操</p> <p>5 月 分</p>
<p>4</p> <p>県民スポーツの日 関連事業 トランポリン体験教室</p> <p>黒浜北小にて 13:30~15:00</p>	<p>5</p>	<p>6</p> <p>アロマヨガ ルーシーダットン バトントワリング</p>	<p>7 定例会</p> <p>ピラティス } 会議室2 リフレッシュ体操 } リラックスヨガ</p>	<p>8</p> <p>コンディショニングヨガ パルシー柔道場</p> <p>トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンスC } ② キッズダンスB } キッズダンスA }</p>	<p>9</p> <p>シェイプエアロ 元気アップ</p> <p>ちびっ子体操(金) 見学：男子の保護者 子ども体操ステップアップ</p>	<p>10</p> <p>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。</p>
<p>11</p> <p>子ども体操(日) トランポリン(日)</p>	<p>12</p> <p>ズンバ</p>	<p>13</p> <p>アロマヨガ ルーシーダットン バトントワリング ボディサプリ</p>	<p>14</p> <p>ピラティス } 会議室2 リフレッシュ体操 } ちびっ子体操(水)</p>	<p>15</p> <p>コンディショニングヨガ ハストピア多目的室</p> <p>トランポリン(木) トランポリン(木)2部</p>	<p>16</p> <p>シェイプエアロ</p>	<p>17</p> <p>親子体操</p> <p>振替は、振替希望月の1日から受付ます。</p>
<p>18</p> <p>子ども体操(日) トランポリン(日)</p> <p>彩の国SCネットワーク 定期総会</p>	<p>19</p> <p>ズンバ</p>	<p>20</p> <p>アロマヨガ ルーシーダットン バトントワリング ボディサプリ はつらつ健康体操 (受託事業)</p>	<p>21</p> <p>ピラティス } 会議室2 リフレッシュ体操 } リラックスヨガ ちびっ子体操(水)</p>	<p>22</p> <p>コンディショニングヨガ パルシー柔道場</p>	<p>23</p> <p>元気アップ</p> <p>ちびっ子体操(金) 見学：女子の保護者 子ども体操ステップアップ</p>	<p>24</p> <p>お休み・振替・お問い合わせのご連絡は、 Sigrum クラブ専用アプリ からお願いします。</p>
<p>25</p> <p>子ども体操(日) トランポリン(日)</p> <p>子育てでつながろう miniフェスタ バルシーにて、10:00~</p>	<p>26</p> <p>ズンバ <出前体操教室> 中央学童保育所 第3、第4 市役所へ事前申込制</p>	<p>27</p> <p>ボディサプリ</p>	<p>28</p> <p>リラックスヨガ ちびっ子体操(水)</p>	<p>29</p> <p>トランポリン(木) トランポリン(木)2部 キッズダンスC } ③ キッズダンスB } キッズダンスA }</p>	<p>30</p> <p>ちびっ子体操(金) 見学：欠席等で見学出来なかった方 子ども体操ステップアップ</p>	<p>おかげさまで 設立15周年</p> <p>Reborn Hasuda 総合型地域スポーツクラブ 2023年6月号</p>