

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
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																																
	7/31	8/1	2	3	4	5																																
	 <p>☆会場：黒浜北小学校体育館                  ☆時間：17:00~18:30                  ☆種目：マット、跳び箱、さかあがり</p>		定例会	コンディショニングヨガ	シェイプエアロ	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;">                     お休み・振替・お問い合わせのご連絡は、   クラブ専用アプリ                      からお願いします。                 </div>																																
			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	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																																	
6	7	8	9	10	11	12																																
		バトントワリング 西新宿会館 ボディサプリ		トランポリン(木) トランポリン(木)2部	山の日																																	
<div style="border: 1px solid pink; padding: 5px;">                 ☆8月の成人クラスは、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、振替でご利用いただくか、秋に開催される『からだにE〜体操』講座にもご利用いただけます。※8月休会の場合は、ご利用できません。             </div>																																						
				<出前体操教室> 黒浜西学童保育所	 <table border="1" style="font-size: small;"> <tr> <th>7月</th> <th>クラス</th> <th>ルシーダットン</th> <th>元気アップ体操</th> <th>8月</th> <th>クラス</th> <th>シェイプエアロ</th> <th>ボディサプリ</th> </tr> <tr> <td></td> <td>対象</td> <td>成人</td> <td>シニア</td> <td></td> <td>対象</td> <td>成人</td> <td>成人</td> </tr> <tr> <td></td> <td>日程</td> <td>7/11, 7/18 14:30~15:30(火)</td> <td>7/14, 7/28 13:30~14:30(金)</td> <td></td> <td>日程</td> <td>8/4, 8/18 11:15~12:15(金)</td> <td>8/8, 8/22 19:30~20:30(火)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>会場</td> <td>蓮田駅西口行政センター 蓮田市黒町6-17(元グランドビル2F)</td> <td>西新宿会館 蓮田市黒町2-129-1</td> <td></td> <td>会場</td> <td>蓮田バレエスタジオ 蓮田市黒6-2-3</td> <td>西新宿会館 蓮田市黒町2-129-1</td> </tr> </table>	7月	クラス	ルシーダットン	元気アップ体操	8月	クラス	シェイプエアロ	ボディサプリ		対象	成人	シニア		対象	成人	成人		日程	7/11, 7/18 14:30~15:30(火)	7/14, 7/28 13:30~14:30(金)		日程	8/4, 8/18 11:15~12:15(金)	8/8, 8/22 19:30~20:30(火)		会場	蓮田駅西口行政センター 蓮田市黒町6-17(元グランドビル2F)	西新宿会館 蓮田市黒町2-129-1		会場	蓮田バレエスタジオ 蓮田市黒6-2-3	西新宿会館 蓮田市黒町2-129-1	
7月	クラス	ルシーダットン	元気アップ体操	8月	クラス	シェイプエアロ	ボディサプリ																															
	対象	成人	シニア		対象	成人	成人																															
	日程	7/11, 7/18 14:30~15:30(火)	7/14, 7/28 13:30~14:30(金)		日程	8/4, 8/18 11:15~12:15(金)	8/8, 8/22 19:30~20:30(火)																															
	会場	蓮田駅西口行政センター 蓮田市黒町6-17(元グランドビル2F)	西新宿会館 蓮田市黒町2-129-1		会場	蓮田バレエスタジオ 蓮田市黒6-2-3	西新宿会館 蓮田市黒町2-129-1																															
13	14	15	16	17	18	19																																
	ズンバ			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																																	
<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;">                 「〃お友だち紹介キャンペーン〃」の参加方法                  アプリの連絡帳→新規→タイトルに「紹介キャンペーン」を選択             </div>																																						
					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	振替は、振替希望月の1日から受付ます。																																
20	21	22	23	24	25	26																																
子ども体操(日) トランポリン(日)	ズンバ	アロマヨガ ルーシーダットン	ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ちびっ子体操(水)	コンディショニングヨガ	元気アップ	黒浜北小環境整備																																
パルシー剣道場		バトントワリング 西新宿会館 ボディサプリ	会議室2	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) 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	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	28	29	30	31																																		
蓮田市民まつり		アロマヨガ ルーシーダットン	ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ ちびっ子体操(水)	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	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。	おかげさまで 設立15周年  総合型地域スポーツクラブ 2023年8月号																																
子ども体操(日) トランポリン(日)		バトントワリング 西新宿会館	会議室2																																			
パルシー剣道場 ※3回目は9/3に開催																																						