

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			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	ピラティス	9:40~10:40	ちびっ子体操(水)	16:15~17:15	ちびっ子体操(金)	16:45~17:45
		リフレッシュ体操	11:15~12:15			子ども体操ステップアップ	17:50~19:00
		アロマヨガ	13:15~14:15			ハストピア	
		ルーシーダットン	14:30~15:30			コンディショニングヨガ 10:00~11:00	
		サルセッション	11:15~12:15				

日	月	火	水	木	金	土	
 <p>新しい教室が始まります! サルセッション</p>						<p>1</p> <p>シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操年少 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>2</p>  <p>11月分</p>
<p>3</p> <p>子ども体操 (日) トランポリン (日)</p>	<p>4</p> <p>ズンバ</p>	<p>5</p> <p><i>New!</i> サルセッション 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>6</p> <p>定例会議 ピラティス リフレッシュ体操 ちびっ子体操(水)</p>	<p>7</p> <p>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</p>	<p>8</p> <p>シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操年少 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>9</p> <div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> <p>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。</p> </div>	
<p>10</p> <p>子ども体操 (日) トランポリン (日)</p>	<p>11</p> <p>ズンバ</p>	<p>12</p> <p><i>New!</i> サルセッション 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>13</p> <p>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)</p>	<p>14</p> <p>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</p> <p>②</p> <p><出前体操教室> 黒浜北学童保育所</p>	<p>15</p> <p>シェイプエアロ 元気アップ ちびっ子体操年少 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>16</p> <p>親子体操③</p> <div style="border: 1px solid yellow; padding: 5px;"> <p>振替は、振替希望月の 1日から受付ます。</p> </div>	
<p>17</p> <p>会員イベント Xmasミニ運動会</p> 	<p>18</p> <p>ズンバ</p>	<p>19</p> <p><i>New!</i> サルセッション 会議室2 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>20</p> <p>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)</p>	<p>21</p> <p>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</p> <p>1月分</p> <p>①</p>	<p>22</p> <p>ちびっ子体操年少 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>23</p> <div style="border: 1px solid pink; padding: 5px;"> <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> </div>	
<p>24</p> <p>子ども体操 (日) トランポリン (日)</p>	<p>25</p> <p>Merry Christmas</p> 	<p>26</p> <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>27</p> <p>リラックスヨガ</p>	<p>28</p> <p>本年もありがとうございました</p> 	<p>29</p> <p>良いお年を</p> 	<p>30</p> <p>おかげさまで 設立15周年</p>  <p>2023年12月号</p>	