



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	ボディサブリ	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	10:00~11:00	元気アップ	13:00~14:00	キッズダンスB	18:40~19:30
トランポリン(木)	18:00~19:10	からだメンテナンス	11:15~12:15	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			ちびっ子体操(水)	16:15~17:15	ちびっ子体操(金)	16:45~17:45
		蓮田駅西口行政センター		ハストピア		子ども体操ステップアップ	17:50~19:00
		蓮田駅西口行政センター					
ピラティス	9:40~10:40	サルセッション	11:15~12:15	コンディショニングヨガ	10:00~11:00		
リフレッシュ体操	11:15~12:15	アロマヨガ	13:15~14:15	バレトン	15:00~16:00		
		ルーシーダットン	14:30~15:30				

日	月	火	水	木	金	土
<h3>福は内~! 鬼は外~!</h3>				1 コンディショニングヨガ キッズダンスC } ① キッズダンスB キッズダンスA	2 シェイプエアロ バレトン 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	3
4 	5 ズンバ	6 バトントワリング	7 定例会議 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)	8 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 } ② キッズダンスB キッズダンスA	9 シェイプエアロ 元気アップ バレトン パルシー多目的室 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	10
11 子ども体操(日) トランポリン(日) 	12 ズンバ からだメンテナンス	13 バトントワリング ボディサブリ	14 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) 	15 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	16 シェイプエアロ 元気アップ バレトン 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	17
18 子ども体操(日) トランポリン(日)	19 ズンバ	20 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 ボディサブリ はつらつ健康体操 (受託事業)	21 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) 3月分	22 トランポリン(木) } 3月分 トランポリン(木)2部	23 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 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>	24 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 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。 </div>
25 子ども体操(日) } 3月分 トランポリン(日)	26 	27 サルセッション } ※3回目は3月に実施 アロマヨガ ルーシーダットン ボディサブリ	28 ちびっ子体操(水) 3月分 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 振替は、振替希望月の1日から受付ます。 </div>	29 コンディショニングヨガ トランポリン(木) } 3月分 トランポリン(木)2部	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 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。 </div>	おかげさまで 設立15周年 総合型地域スポーツクラブ 2024年2月号