



黒浜北小学校	蓮田バレエスタジオ	西新宿会館	ハストピア
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	コンディショニングヨガ 9:40~10:40
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	やさしいピラティス 10:50~11:50
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	バレトン 15:00~16:00
トランポリン(木)2部 19:15~20:25		親子体操 10:30~11:30	キッズダンスC 18:00~18:30
バトントワリング 17:00~18:10	蓮田駅西口行政センター	ちびっ子体操(水) 16:15~17:15	キッズダンスB 18:40~19:30
子ども体操ステップアップ 17:50~19:00	楽しく体操 10:00~11:00		キッズダンスA 19:40~20:40
	サルセッション 11:15~12:15	蓮田駅西口行政センター	ちびっ子体操年少クラス 15:40~16:20
	アロマヨガ 13:15~14:15	ピラティス 9:40~10:40	ちびっ子体操(金) 16:25~17:25
	ルーシーダットン 14:30~15:30	リフレッシュ体操 11:15~12:15	

日 月 火 水 木 金 土

☆スグラムアプリの通知は必ずご覧ください！
大事なお知らせが届いています。

“体を動かして、寒い冬を乗り越えましょう！！”

「スグラムアプリについて」
*スマートホンの機種変更
*登録クレジットカードの期限切れの対処方法が「リ・ボーン通信第4号」に詳しく掲載されてます。

2 子ども体操(日) トランポリン(日) 	3 ズンバ 立春	4 ※1月分 楽しく体操 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 会議室②	5 定例会議 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) 会議室②	6 コンディショニングヨガ やさしいピラティス トランポリン(木) キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA ①コミュニティセンター 会議室	7 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:お子様の誕生日が偶数月 子ども体操ステップアップ 中央公民館3F	8 振替は振替希望月の1日から受付ます。
9 子ども体操(日) トランポリン(日)	10 ズンバ からだメンテナンス	11 中央公民館2F研修室 楽しく体操 サルセッション バトントワリング ボディサブリ 建国記念の日	12 リラックスヨガ ちびっ子体操(水)	13 トランポリン(木) コンディショニングヨガ やさしいピラティス キッズダンスC キッズダンスB キッズダンスA ② <出前体操教室> 平野学童保育所	14 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) 西新宿会館	15 お休み・振替・お問い合わせのご連絡は、 Sgram クラブ専用アプリ からお願いします。
16 子ども体操(日) } 3月分 トランポリン(日) }	17 ズンバ	18 楽しく体操 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 ボディサブリ 会議室①	19 ピラティス リフレッシュ体操 ちびっ子体操(水) 3月分 会議室①	20 コンディショニングヨガ } ギャラリー やさしいピラティス } トランポリン(木) 3月分 } キッズダンスC } ③ 3月分 キッズダンスB } コミュニティセンター キッズダンスA } 集会室	21 シェイプエアロ 元気アップ バレトン ギャラリー ちびっ子体操年少 ちびっ子体操(金) } 中央公民館3F 見学:お子様の誕生日が奇数月 子ども体操ステップアップ } 3月分	22 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。
23 子ども体操(日) } 3月分 トランポリン(日) }	24 子どもクラス成果発表会 ハストピアとどききホール 9:00~12:00	25 楽しく体操 サルセッション アロマヨガ ルーシーダットン ボディサブリ 会議室①	26 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ 会議室①	27 トランポリン(木) 3月分	28 子ども体操ステップアップ 3月分	29

