



黒浜北小学校		蓮田バレエスタジオ		蓮田駅西口行政センター		ハストピア	
子ども体操(日)	13:00~14:30	シンプルエアロ&ラテン	11:15~12:15	楽しく体操	10:00~11:00	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	サルセッション	11:15~12:15	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	アロマヨガ	13:15~14:15	キッズダンス入門	18:00~18:30
トランポリン(木)2日休講	19:15~20:25	西新宿会館		ルーシーダットン	14:30~15:30	キッズダンス初級	18:40~19:30
バドントフリング入門	17:00~18:10	ボディサブリ	19:30~20:30	ピラティス	9:40~10:40	ちびっ子体操年少クラス	15:40~16:20
バドントフリング初級	17:45~18:55	元気アップ	13:00~14:00	リフレッシュ体操	11:15~12:15	ちびっ子体操(金)	16:25~17:25
子ども体操ステップアップ	17:50~19:00	リラックスヨガ	14:00~15:10	かんたんハワイアンフラ	19:30~20:30	クラシックバレエ	17:00~18:00
		親子体操	10:30~11:30				

日	月	火	水	木	金	土
1 	2 かんたんハワイアンフラ	3 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 	4 定例会議 リラックスヨガ	5 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)	6 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ 	7 振替は振替希望月の1日から受付ます。
8 子ども体操(日) トランポリン(日)	9 かんたんハワイアンフラ	10 バドントフリング入門 バドントフリング初級 ボディサブリ	11 ピラティス リフレッシュ体操 } 中央公民館研修室 リラックスヨガ } クラシックバレエ	12 トランポリン(木) キッズダンス入門 } コミュニティセンター キッズダンス初級 } 会議室	13 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ ちびっ子体操年少 } ギャラリー ちびっ子体操(金) }	14 HAPPY WHITE DAY 3.14
15 子ども体操(日) トランポリン(日)	16 ズンバ	17 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 バドントフリング入門 バドントフリング初級 ボディサブリ	18 ピラティス リフレッシュ体操	19 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 }	20 春分の日 	21 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。
22 クラブ設立記念日 	23 ズンバ からだメンテナンス かんたんハワイアンフラ	24 楽しく体操 } 会議室2 サルセッション } アロマヨガ } 会議室1 ルーシーダットン } ボディサブリ	25 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ	26 コンディショニングヨガ やさしいピラティス	27 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ	28 西新宿利用者会議 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。
29 	30 ズンバ 	31 楽しく体操 } サルセッション } 4月分 アロマヨガ } ルーシーダットン }				 2026年3月号

★休会・コース変更は前月15日まで、退会は当月15日までに各会場にある届出書を提出してください。HPでも受付しております。(http://rebornhasuda.com/member/) 電話での受付は出来ません。