



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		パルシー	
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	ちびっ子体操年少	15:40~16:20
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	ちびっ子体操(金)	16:25~17:25
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	バク転	17:30~18:40
トランポリン(木)	20:15~20:25	西新宿会館		ルーシーダットン	14:30~15:30	キッズダンス入門	18:00~18:40
バトントワリング入門	17:00~18:10	ボディサプリ	19:30~20:30	ピラティス	9:40~10:40	キッズダンス初級	18:45~19:45
バトントワリング初級	18:00~19:10	元気アップ	13:00~14:00	リフレッシュ体操	10:50~11:50	ハストピア	
		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	コンディショニングヨガ	9:40~10:40
		親子体操	10:30~11:30			やさしいピラティス	10:50~11:50
						クラシックバレエ	17:00~18:00

日	月	火	水	木	金	土
<p>4月は年会費の納入月です 月会費と一緒に年会費の引落があります</p> <p>4月からパルシーに戻ります ちびっ子体操・バク転 キッズダンス</p>			<p>1 定例会議</p> <p>ピラティス リフレッシュ体操</p> <p>リラックスヨガ</p>	<p>2</p>	<p>3</p> <p>シンプルエアロ&amp;ラテン 元気アップ</p>	<p>4</p> <p>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。</p>
<p>5</p> <p>子ども体操(日) トランポリン(日)</p>	<p>6</p> <p>かんたんハワイアンフラ</p>	<p>7</p> <p>楽しく体操 } 会議室2 サルセッション }  ボディサプリ</p>	<p>8</p> <p>ピラティス リフレッシュ体操</p> <p>リラックスヨガ</p> <p>クラシックバレエ 見学日</p>	<p>9</p> <p>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)</p> <p>★ キッズダンス 体験会 ★ パルシー多目的室1にて</p>	<p>10</p> <p>シンプルエアロ&amp;ラテン 元気アップ</p> <p>ちびっ子体操(金) 見学:お様の誕生月が奇数月 } パルシー バク転 } 柔道場</p>	<p>11</p> <p>振替は振替希望月の1日から受付ます。</p>
<p>12</p> <p>子ども体操(日) トランポリン(日)</p>	<p>13</p> <p>ズンバ</p> <p>かんたんハワイアンフラ</p>	<p>14</p> <p>アロマヨガ ルーシーダットン</p> <p>バトントワリング入門 } バトントワリング初級 } 見学日</p>	<p>15</p> <p>ピラティス リフレッシュ体操</p> <p>クラシックバレエ</p>	<p>16</p> <p>コンディショニングヨガ やさしいピラティス</p> <p>トランポリン(木)</p> <p>キッズダンス入門 } ① パルシー キッズダンス初級 } 多目的室1</p>	<p>17</p> <p>シンプルエアロ&amp;ラテン 元気アップ</p> <p>ちびっ子体操(金) 見学:お様の誕生月が偶数月 } パルシー バク転 } 柔道場</p>	<p>18</p> <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>
<p>19</p> <p>子ども体操(日) } 見学日 トランポリン(日) }</p>	<p>20</p> <p>ズンバ からだメンテナンス</p>	<p>21</p> <p>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 } バトントワリング入門 } バトントワリング初級 } ボディサプリ }</p>	<p>22</p> <p>ピラティス リフレッシュ体操 } 5月分</p> <p>リラックスヨガ</p> <p>クラシックバレエ</p>	<p>23</p> <p>コンディショニングヨガ やさしいピラティス</p> <p>キッズダンス入門 } ② パルシー キッズダンス初級 } 控室</p>	<p>24</p> <p>ちびっ子体操(金) 見学:見学出来なかった方 } パルシー バク転 } 柔道場</p>	<p>25</p> <p>入学おめでとう!! キャンペーン</p> <p>今春入学される会員の方へクラブTシャツプレゼント 手続き不要 ※継続会員限定 対象会員の皆様には4月中旬にご連絡いたします。</p>
<p>26</p>	<p>27</p> <p>ズンバ</p> <p>かんたんハワイアンフラ</p>	<p>28</p> <p>楽しく体操 } 会議室2 サルセッション } 5月分 アロマヨガ } 会議室1 ルーシーダットン } 5月分 バトントワリング入門 } バトントワリング初級 } ボディサプリ }</p>	<p>29</p> <p>昭和の日</p>	<p>30</p> <p>トランポリン(木)</p> <p>キッズダンス入門 } ③ パルシー キッズダンス初級 } 多目的室1</p>	<p>2026年4月号</p>	