



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	ちびっ子体操年少クラス	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)2名講師	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
「第18回通常総会のお知らせ」 日時：5月30日(土) 16:00よ 場所：ハストピア多目的 ※準備の都合上、ご出席を希望される方はクラブまでご連絡ください。					1 シンプルエアロ&ラテン	2 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。
3 5月3日 憲法記念日	4 5月4日 みどりの日	5 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 中央公民館2F研修室 ※5月の3回目は後日 アプリにてご連絡	6 定例会議 ピラティス リフレッシュ体操 中央公民館2F研修室	7 トランポリン(木) キッズダンス入門 キッズダンス初級 パルシー 控室 ＜出前体操教室＞ 黒浜学童保育所	8 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ ちびっ子体操(金) 見学:お様の誕生月が奇数月 バク転 パルシー 柔道場	9 振替は振替希望月の1 日から受付ます。
10 子ども体操(日) トランポリン(日) Mother's Day	11 ズンバ かんたんハワイアンフラ 中央公民館3F集会室 ＜出前体操教室＞ 蓮田中央1、2、3、4学童保育所	12 バトントワリング入門 バトントワリング初級 見学日 ボディサプリ	13 リラックスヨガ クラシックバレエ 見学日	14 コンディショニングヨガ やさしいピラティス キッズダンス入門 キッズダンス初級 パルシー 剣道場	15 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ ちびっ子体操(金) 見学:お様の誕生月が偶数月 バク転 パルシー 柔道場	16 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。
17 子ども体操(日) トランポリン(日)	18 ズンバ からだメンテナンス かんたんハワイアンフラ 中央公民館3F集会室 ＜出前体操教室＞ 蓮田北学童保育所	19 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	20 リラックスヨガ クラシックバレエ	21 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) キッズダンス入門 キッズダンス初級 パルシー 剣道場 ＜出前体操教室＞ 蓮田中央5、6学童保育所	22 元気アップ ちびっ子体操(金) 見学:見学出来なかった方 バク転 パルシー 柔道場	23 親子体操①
24 子ども体操(日) トランポリン(日) 見学日	25 ズンバ かんたんハワイアンフラ 中央公民館3F集会室 ＜出前体操教室＞ 平野学童保育所	26 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	27 ピラティス リフレッシュ体操 会議室1 リラックスヨガ クラシックバレエ	28 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) パルシー 控室	29	30 西新宿利用者会議 定例会議 第18回通常総会 Reborn Hasuda 総合型地域スポーツクラブ 2026年5月号
31						