リ・ボーンはすだ
総合型地域スポーツクラブ

TEL 080-4063-4085
メール hasuda_sports_club@yahoo.co.jp
http://rebornhasuda.com
ブログ http://ameblo.jp/reborn-hasuda/
FB http://www.facebook.com/rebornhasuda

12月

蓮田駅西口行政センター	
ピラティス	9:40～10:40
リフレッシュ体操	10:50～11:50
かんたんハワイアンフラ	19:30～20:30

埼玉りそな銀行	
楽らく体操	10:00～11:00
やさしいZUMBAズンバ	11:15～12:15
アロマヨガ	13:15～14:15
ルーシーダットン	14:30～15:30

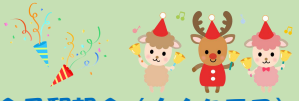
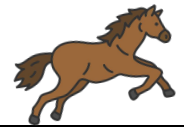
蓮田バレエスタジオ	
シンプルエアロ&ラテン	11:15～12:15
ZUMBAズンバ	10:00～11:00
からだメンテナンス	11:15～12:15

西新宿会館	
ボディサプリ	19:30～20:30
元気アップ	13:00～14:00
リラックスヨガ	14:00～15:10
親子体操	10:30～11:30

黒浜北小学校	
子ども体操(日)	13:00～14:30
トランポリン(日)	14:30～16:00
トランポリン(木)	18:00～19:10
トランポリン(木)2部 休講中19	15～20:25

蓮田市中央公民館	
キッズダンス入門	18:00～18:40
キッズダンス初級	18:45～19:45

パルシー・ハストピア	
ちびっ子体操年少クラス	15:40～16:20
ちびっ子体操(金)	16:25～17:25
バク転	17:30～18:40
バトントワリング入門	17:00～18:10
バトントワリング初級	18:00～19:10
コンディショニングヨガ	9:40～10:40
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
		1 バトントワリング入門 バトントワリング初級 見学日 「サルセーション」は「やさしいZUNBA」に変わります。	2 定例会議 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ クラッシックバレエ 見学日	3  こつこつ健康体操 はつらつ健康体操 （受託事業）	4 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ	5 親子体操③  **振替は**振替希望月の１日から受付します。
6	7 ZUMBA かんたんハワイアンフラ	8 楽らく体操 やさしいZUMBA アロマヨガ 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	9 クラッシックバレエ	10 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 トランポリン(木)	11 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ ちびっ子体操年少 見学：随時可 ちびっ子体操(金) 見学:お子様の誕生月が奇数月 バク転	12 **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。
13 子ども体操（日） トランポリン（日）  **ハストピアフェスティバル** ハストピアにて ☆**バトントワリング**クラス **とキッズダンス**クラス **が演技披露します！**	14 ZUMBA からだメンテナンス かんたんハワイアンフラ	15 楽らく体操 やさしいZUMBA アロマヨガ ルーシーダットン ボディサプリ	16 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ	17 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 トランポリン(木)	18 シンプルエアロ&ラテン 元気アップ ちびっ子体操年少 見学：随時可 ちびっ子体操(金) 見学:お子様の誕生月が偶数月 バク転	19 クリスマス ちょいとスポーツ （子どもクラス）  会員懇親会（大人クラス）
20 子ども体操（日） トランポリン（日） 見学日	21 ZUMBA かんたんハワイアンフラ	22  楽らく体操 やさしいZUMBA アロマヨガ 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	23 ピラティス リフレッシュ体操 リラックスヨガ クラッシックバレエ パルシー控室2	24 コンディショニングヨガ やさしいピラティス ギャラリー キッズダンス入門 キッズダンス初級 トランポリン(木)	25  ちびっ子体操年少 見学：随時可 ちびっ子体操(金) 見学:お休み等で見学出来なかった方 バク転	27 **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。
27 	28 	29	30	31 大晦日  良いお年を お迎えくださ 		 2026年12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。