

11月月間予定表 フロア教室版

日	月	火	水	木	金	土
						1 キッズダンス 2
3	4	5	6	7	8	9
	キックボクシング ★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 かんたんヨガ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング	休館日	キッズダンス ★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス	チア ★10:00~10:45 スンパ ★11:15~12:15 太極拳	キッズダンス ★11:00~12:00 ボクシング フィットネス ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★14:00~15:00 ピラティス	★9:30~10:30 ローラーピラティス
10	11	12	13	14	15	16
	キックボクシング ★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 かんたんヨガ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング	休館日	キッズダンス ★9:30~10:30 ピラティス ★11:00~12:00 タヒチアンダンス	チア ★11:15~12:15 太極拳	キッズダンス ★10:00~10:45 エンジョイピラティス ★12:30~13:30 太極舞 【タイチーダンス】 ★14:00~15:00 ピラティス	★9:30~10:30 ローラーピラティス
17	18	19	20	21	22	23
	キックボクシング ★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング	休館日	キッズダンス ★9:30~10:30 ピラティス	チア ★10:00~10:45 スンパ ★11:15~12:15 太極拳	キッズダンス ★11:00~12:00 ボクシング フィットネス ★12:30~13:30 太極舞	★9:30~10:30 ローラーピラティス
24	25	26	27	28	29	30
	キックボクシング ★9:30~10:15 ヨガ ★10:30~11:15 かんたんエアロ ★11:30~12:15 かんたんヨガ ★14:30~15:00 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00~20:00 キックボクシング	休館日	キッズダンス ★9:30~10:30 ピラティス	チア ★11:15~12:15 太極拳	キッズダンス ★11:00~12:00 ボクシング フィットネス ★14:00~15:00 ピラティス	★9:30~10:30 ローラーピラティス

※各有料教室(詳細は裏面をご参照ください)は、事前予約も承ります。
 熊谷さくら運動公園/ホームページ/教室予約ページにてお申し込みください。
 ※教室開始時間より10分を過ぎますと、安全面を考慮して入場をお断り致します。
 ※担当講師の都合により急遽休講となる場合がございます。
 ※教室のご予約をされている方は、教室の前後30分間トレーニングルームの利用ができます。
 ※トレーニングルームの利用は初回講習の受講が必要です。
 ※トレーニングルーム初回講習会は1週間前から前日までの予約制です。
 開催時間 ①10:00~ ②13:00~ ③16:00~ ④19:00~ (各時間 定員3名)
 ※毎週火曜日は休館日(祝日の場合には営業、翌平日が休館日)となります。
 その他、臨時休館となる場合には事前にお知らせ致します。
 ※フロア教室は、トレーニングルーム初回講習会を受けていなくても参加できます。

