

令和3年度 11月 スケジュール

1回制教室カレンダー

11月

November



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			文化の日			
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
		勤労感謝の日				
28	29	30				

開催日

陰ヨガ 13:00~14:00 1F会議室

11月

November



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			文化の日			
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
		勤労感謝の日				
28	29	30				

開催日

バランスコーディネーション 10:00~10:50

ZUMBA 11:00~11:50

※場所：1F会議室

アナトミックストレッチ 11:00~12:00

※場所：B1剣道場

11月

November



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			文化の日			
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
		勤労感謝の日				
28	29	30				

開催日

体幹&ウォーキング 11:00~12:00 1F会議室

※1回制教室は参加当日のお支払いです。各週1週間前から予約が可能です。