

2025年 4月 大麻体育館 トレーニング室ワンポイント指導日

日	月	火	水	木	金	土
 <p>スポーツ教室 受講者募集!</p>		1	2	3	4	5 10:00~12:00 藤岡
6	7 10:00~12:00 中島	8	9	10	11	12 10:00~12:00 中島
13	14 12時閉館 12時まで 利用できます。	15	16	17	18	19
20	21 15:00~17:00 藤岡	22	23	24	25	26
27	28 13:00~15:00 中島	29	30 13:00~15:00 藤岡	 <p>トレーニングの他に様々な運動にチャレンジしてみませんか？初心者対象です</p> <p>スポーツ教室申込み 4月15日(火)~17日(水)</p> <p>ヨガ、ピラティス、ダンス 子ども向け、水中系</p>		

※予定につきましては、変更になる場合があります。

※指導日は、「主にマシンなどの指導」になります。