

令和5年10月カレンダー

MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)	SUN (日)	
						1	
2 休館日	3 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	4 卓球デー 9:15~11:30 YOGA教室 10:00~11:30 貯筋うどん教室 10:00~11:00 フラダンス教室 15:30~16:30 キッズフラダンス教室 16:35~17:35	5 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【M2】	6 リズムダンス教室(年中以上) 16:30~17:30 バレエ教室 17:45~19:00	7 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 トレーニング講習 【要予約】15:00~	8	
9 YOU・ゆースポーツ フェスタ2023  ※スポーツフェスタ開催の為、17時までトレーニング使用不可	10  休館日	11 卓球デー 9:15~11:30 YOGA教室 10:00~11:30 貯筋うどん教室 10:00~11:00	12 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【小体育室】	13 リズムダンス教室(年中以上) 16:30~17:30 バレエ教室 17:45~19:00	14 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 HIPHOPダンス教室 15:00~16:00	15  ワクチン接種 19:00まで	
16 休館日	17 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	18 卓球デー 9:15~11:30 YOGA教室 10:00~11:30 貯筋うどん教室 10:00~11:00 フラダンス教室 15:30~16:30 キッズフラダンス教室 16:35~17:35	19 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【M2】	20 リズムダンス教室(年中以上) 16:30~17:30 バレエ教室 17:45~19:00	21 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 顔ヨガ教室 9:30~10:30 トレーニング講習 【要予約】15:00~	22  変更 今月は 第3土曜日	
23 休館日	24 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	25 卓球デー 9:15~11:30 YOGA教室 10:00~11:30 貯筋うどん教室 10:00~11:00	26 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【小体育室】	27 ビーズ手芸教室 13:30~15:30 リズムダンス教室(年中以上) 16:30~17:30 バレエ教室 17:45~19:00	28 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 HIPHOPダンス教室 15:00~16:00	29	
30 休館日	31 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	 ★講座のお休み★ 7日(土) HIPHOPダンス教室 10日(火) ストレッチボール教室 10日(火) トレーニング講習 13日(金) ビーズ手芸教室 21日(土) 児童体操教室 21日(土) HIPHOPダンス教室					