

2023年4月

< フィットネス > 日程表

たのたい

<開催場所>		武道館				武道館	
(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	
							1
2	3	4	5	6	7	8	
	休館日	お休み				10:00～11:15※有料 【健康体操KAZE prep】 トレーナー:森大士	
9	10	11	12	13	14	15	
	休館日	10:00～11:15※有料 【たのしい健康教室】 トレーナー:竹内成				10:00～11:15※有料 【健康体操KAZE prep】 トレーナー:森大士	
16	17	18	19	20	21	22	
	休館日	10:00～11:15※有料 【たのしい健康教室】 トレーナー:竹内成				10:00～11:15※有料 【健康体操KAZE prep】 トレーナー:森大士	
23/30	24	25	26	27	28	29	
	休館日	10:00～11:15※有料 【たのしい健康教室】 トレーナー:竹内成				10:00～11:15※有料 【健康体操KAZE prep】 トレーナー:森大士	