

2024年1月

## &lt; フィットネス &gt; 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
	休館日	休館日	休館日		10:00～11:15※有料 【健康体操KAZE prep】 トレーナー:森大士	
7	8	9	10	11	12	13
		休館日			10:00～11:15※有料 【健康体操KAZE prep】 トレーナー:森大士	
14	15	16	17	18	19	20
	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	
21	22	23	24	25	26	27
	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	
28	29	30	31			
	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				