

2024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
	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 ※厚生労働大臣認定 健康運動指導士			10:00～11:15※有料 【健康体操 KAZEprep】 トレーナー:森大士 ※厚生労働大臣認定 健康運動実践指導者	
7	8	9	10	11	12	13
	休館日				10:00～11:15※有料 【健康体操 KAZEprep】 トレーナー:森大士 ※厚生労働大臣認定 健康運動実践指導者	
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 ※厚生労働大臣認定 健康運動指導士				
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 ※厚生労働大臣認定 健康運動指導士			10:00～11:15※有料 【健康体操 KAZEprep】 トレーナー:森大士 ※厚生労働大臣認定 健康運動実践指導者	
28	29	30				
		休館日				