

30年度 体育館 テニス 教室スケジュール

教室名	曜日	時間	9月				
フラダンス	月	10:30~12:00	3	10			
骨盤矯正体操	火	9:30~10:30	11	18	25		
バドミントン(火)	火	10:30~12:00	11	18	25		
卓球	火	10:30~12:00	11	18	25		
ボディコア	火	11:00~12:00	11	18	25		
いきいき体操	火	13:00~14:00	11	18	25		
キッズダンス	火	17:00~18:00	11	18	25		
スローヨガ	火	18:45~19:45	11	18	25		
ナイトヨガ	火	20:00~21:00	11	18	25		
親子体操	水	9:45~10:30	5	12	19	26	
アロマヨガ	水	9:30~10:30	5	12	19	26	
健康ボール体操	水	11:00~12:00	5	12	19	26	
骨格矯正エクササイズ	水	13:00~14:00	5	12	19	26	
ソフトヨガ	水	14:30~15:30	5	12	19	26	
小学生スポーツクラブ	水	17:00~18:30	5	12	19	26	
小学生バドミントン	水	17:00~18:30	5	12	19	26	
小学生フットサル	水	19:00~20:30	5	12	19	26	
バドミントン(木)	木	13:00~14:30	6	13	27		
ちびっこ体操	木	15:15~16:15	6	13	27		
小学生体操	木	16:15~17:15	6	13	27		
仙台89ERS バスケットボール教	木	(小1~3) 18:30~19:30 (小4~6) 19:45~21:00	6	13	27		
アロマヒーリングヨガ	木	18:45~19:45	6	13	20	27	
リラックスヨガ	木	20:00~21:00	6	13	20	27	
骨盤エクササイズ	金	9:15~10:15	7	14	21	28	
はじめてのヨガ	金	10:30~12:00	7	14	21	28	

教室名	曜日	時間	9月				
初心者テニス	火	10:00~12:00	11	18	25		
初中級テニス	火	10:00~12:00	11	18	25		
	木	10:00~12:00	6	13	20	27	
小学生テニス	土	10:00~12:00	1	8	15	22	29

※急遽予定を変更する場合がございます。予めご了承ください

