

振替可能教室一覧

振替可能区分	教室
振替制度実施無し	小学生バドミントン
	小学生フットサル
	仙台89ERS バスケットボール
	小学生テニス
	卓球
	初心者テニス
	(月)ちびっこ体操
子ども体操教室 (該当年齢のクラスで振替可能)	(月)小学生体操(1~3年生)
	(月)小学生体操(4~6年生)
	(木)ちびっこ体操
	(木)小学生体操(1~3年生)
	(木)小学生体操(4~6年生)
	(火)バドミントン
大人バドミントン教室	(木)バドミントン

振替可能区分	教室
大人会議室教室 ※はじめてのヨガ ⇒60分教室への振替はOK ※60分教室在籍者 ⇒はじめてのヨガへの 振替はできません	骨盤矯正体操
	(火)バランスエクササイズ
	いきいき体操
	ビューティーアロマヨガ
	ナイトヨガ
	膝痛・腰痛・肩こり改善教室
	ビギナーヨガ
	セルフケア体操
	ソフトヨガ
	体と心をほぐすヨガ
	(木)バランスエクササイズ
	アロマヒーリングヨガ
	リフレッシュヨガ
体幹エクササイズ	
はじめてのヨガ (90分教室)	
大人テニス教室	(火)初中級テニス
	(木)初中級テニス