振替可能教室一覧

<table>
<tr><th>振替可能区分</th><th>教室</th></tr>
<tr><td rowspan="4">振替制度実施無し</td><td>(火)卓球</td></tr>
<tr><td>(水)小学生バドミントン</td></tr>
<tr><td>(木)仙台89ERSバスケットボール
小1～3年/小4～6年/中学生</td></tr>
<tr><td>(土)小学生テニス</td></tr>
<tr><td rowspan="5">子ども体操教室
（該当年齢のクラスで振替可能）
※小学生体操と体つくり運動で
振替が可能です</td><td>（月）ちびっこ体操</td></tr>
<tr><td>（月）体つくり運動(小学生)</td></tr>
<tr><td>（木）ちびっこ体操</td></tr>
<tr><td>（木）小学生体操(1～3年生)</td></tr>
<tr><td>（木）小学生体操(4～6年生)</td></tr>
<tr><td rowspan="2">大人バトミントン教室</td><td>(火)バドミントン</td></tr>
<tr><td>(木)バドミントン</td></tr>
<tr><td rowspan="2">大人テニス教室</td><td>(火)初中級テニス</td></tr>
<tr><td>(木)初中級テニス</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th>振替可能区分</th><th>教室</th></tr>
<tr><td rowspan="16">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</td><td>(火)骨盤矯正体操</td></tr>
<tr><td>(火)バランスエクササイズ</td></tr>
<tr><td>(火)いきいき体操</td></tr>
<tr><td>(火)ビギナーヨガ</td></tr>
<tr><td>【定期教室】（火）リカバリーヨガ</td></tr>
<tr><td>(火)ナイトヨガ</td></tr>
<tr><td>(水)ビューティーアロマヨガ</td></tr>
<tr><td>(水)膝痛・腰痛・肩こり改善</td></tr>
<tr><td>(水)かんたん筋トレ＆ストレッチ</td></tr>
<tr><td>(水)ソフトヨガ</td></tr>
<tr><td>(木)体と心をほぐすヨガ</td></tr>
<tr><td>(木)バランスエクササイズ</td></tr>
<tr><td>(木)アロマヒーリングヨガ</td></tr>
<tr><td>(木)リフレッシュヨガ</td></tr>
<tr><td>(金)体幹エクササイズ</td></tr>
<tr><td>(金)はじめてのヨガ（90分教室）</td></tr>
</table>