



とよとみスポーツCLUBカレンダー 平成31年4月



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			14時～ 元気体操（中） 19時～ リラックスヨガ		<p>【 参加者の皆様へ 】</p> <p>必ず水分補給用の飲み物をお持ち下さい。</p>	
7	8 10時～ レディースヨガ 19時～ フロアカーリング	9 14時～ 元気体操（石）	10 19時～ バランスボール	11	12 10時～ 元気ボールクラブ 要予約！	13
14	15 10時～ レディースヨガ	16 14時～ 元気体操（中）	17 19時～ リラックスヨガ	18	19	20
				<p>【 悪天候時のクラス開催有無のお知らせについて 】</p> <p>天候が悪く開催が微妙と思われた場合は、担当までお問い合わせください。（担当・連絡先は裏面に掲載）</p>		
21	22	23 14時～ 元気体操（門） 19時～ フロアカーリング	24 19時～ リズムボクシング	25	26	27
28	29 5倍ポイントデー！	30		<p>【 バランスボール、元気ボールクラブに参加される皆様へ 】</p> <p>持ち物：上靴、飲み物、お持ちの方は…ヨガマット、バランスボール ボール貸出希望の方は、水曜夜500円、金曜朝300円かかります。 予約先：保健センター（☎82-3761）予約締切日…クラスの3日前</p>		

