

# 平成29年度 健康体操教室 年間カレンダー

4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1	1	2	3	4	休	6					1	2	3	
2	3	4	5	6	休	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	休	7	8	9	10
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	休	20	11	12	13	14	15	16	17
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	
30																				

7月							8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1			休	2	3	休	5						1	2
2	3	休	5	6	7	8	6	休	休	9	10	休	12	3	4	5	6	7	8	9
9	10	11	12	13	14	15	13	休	休	16	17	休	19	10	11	12	13	14	15	16
16	休	18	19	20	21	22	20	休	休	23	24	休	26	17	休	19	20	21	22	23
23	24	25	26	27	28	29	27	休	休	30	31			24	25	26	27	28	29	30
30	31																			

8月はお休みです

10月							11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	休	4	5	6	7				1	2	休	4						1	2
8	休	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	休	6	7	8	9
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
29	30	31					26	27	28	29	30			24	25	休	27	28	休	30
														31						

1月							2月							3月							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
		休	休	3	4	休	6					1	休	3					1	2	3
7	休	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	4	5	6	7	8	9	10	
14	15	16	17	18	19	20	11	休	13	14	15	16	17	11	12	13	14	15	16	17	
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	18	19	20	21	22	23	24	
28	29	30	31				25	26	27	28				25	26	27	28	29	30	31	

- (月) 「ボディシェイプ」 (初中級) ★★★
- (火) 「チェアトレーニング」「バランスコンディショニング」 (初級) ★★
- (金) 「脂肪燃焼エクササイズ」 (中級) ★★★★★

- 祝祭日、8月、年末年始はお休みになります
- 今年度は(火)(金)教室において、不定期でお休みが入ります
- 予約は不要ですが、教室開始20分前より先着順に受け付けます
- (金) 「脂肪燃焼エクササイズ」のみ教室開始30分前より受け付けます
- 定員になり次第、締め切らせていただきます