



# 重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2024年・11月の教室予定表



日	月	火	水	木	金	土				
					1	2				
					ヨガ教室	星空(新月)ヨガ ※陸上競技場 (雨天時柔道場)				
					14:30	19:00				
3	4	5	6	7	8	9				
		スロートレーニング教室	リフレッシュ・ヨガ	フィットネス 体操	ピラティス	ナイトヨガ	ランチ タイム・ ヨガ	ZUMBA (ズンバ)	ヨガ教室	
		10:00	10:00	10:00	14:00	19:00	12:00	13:30	14:30	
10	11	12	13	14	15	16				
	休館日	スロートレー ニング教室	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ	健康リズム体操	骨盤体操	ランチ タイム・ ヨガ	ヨガ教室	満月ヨガ ※多目的広場 (雨天時柔道場)	
		10:00	14:00	10:00	13:30	14:00	12:00	14:30	19:00	
17	18	19	20	21	22	23				
	フィットネス体操	スロートレー ニング教室	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ	フィットネス 体操	ピラティス	ランタン ・ヨガ	ランチ タイム・ ヨガ	ZUMBA (ズンバ)	ヨガ教室
	13:30	10:00	14:00	10:00	10:00	19:00	12:00	13:30	14:30	
24	25	26	27	28	29	30				
	モーニング・ ヨガ	フィットネス体操	スロートレー ニング教室	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ	健康リズム体操		ランチタイム・ ヨガ	ヨガ教室	
	9:30	13:30	10:00	14:00	10:00	13:30		12:00	14:30	

※R6年度の第3木曜日のピラティスは10:00からになります。

- ★ 予約には事前の会員登録が必要です。
- ★ キャンセルは教室開始時間の2時間前までです。
- ★ 電話での申込み・キャンセルは原則出来ません。

## 予約申込等は下記QRコードより

パソコン  
スマートフォン版  
QRコード



フューチャーフォン版  
QRコード



申込開始日	
11月分	10月7日(月)
12月分	11月11日(月)

2024/9/25更新

・ログインID

・パスワード