

9月の日程表

日	月	火	水	木	金	土
26	27	<p>まだまだ暑い日が続きますが、朝夕は大分涼しくなってきましたね。皆さん体調はいかがですか？ 今月はワンデーフェスタの他、レベルアップピラティス、朝ヨガも開催いたします。これを機会に、色々な教室を体験してみてもは？</p> 				1
事務局休	19:30 バドミントン	19:00 ヨガ				6:30 朝ヨガ
					10:00 Jrチャレンジ	9:30 Jrチャレンジ
					10:00 ピラティス	10:00 ピラティス
2	3	4	5	6	7	8
事務局休	14:00 レベルアップピラティス			14:00 ピラティス	10:00 60歳健康	6:30 朝ヨガ
	19:30 バドミントン	19:00 ヨガ		19:00 バランスボール		
9	10	11	12	13	14	15
事務局休	14:00 レベルアップピラティス		トレッキング	14:00 ピラティス	10:00 60歳健康	9:30 Jrチャレンジ
	19:30 バドミントン	19:00 ヨガ			19:30 ストレッチボール&コアトレ	10:00 ピラティス
16	17	18	19	20	21	22
事務局休				14:00 ピラティス	10:00 60歳健康	
		19:00 ヨガ		19:00 バランスボール		
23	24	25	26	27	28	29
事務局休	ワンデーフェスタ 10:00~15:00		ハイキング	14:00 ピラティス	10:00 60歳健康	14:00 エアロビクス
		19:00 ヨガ			19:30 ストレッチボール&コアトレ	

花スポワンデーフェスタ 9/24(月)

教室体験コーナー
無料

ストレッチボール
バランスボール
ピラティス
エアロビクス
ヨガ

気になっていた教室
これを機会に体験し
てみては？

オープンアリーナ

バドミントン
輪投げ 他

プール無料開放!

10:00~11:50
13:00~14:50

血管年齢測定コーナー
体力測定コーナー
液体窒素の実験教室
けん玉コーナー
バルーンアート
フードコーナー

参加者募集中!

ドッチビー大会

13:00~15:00
上位3チームには
賞品があるよ!

スタンプラリー
スタンプ3つで
プレゼントをゲット
しよう!