

3月の日程表

日	月	火	水	木	金	土
24	<p>3月3日(日)はひな祭りです。 桃の節句と呼ばれるようになったのは、旧暦の3/3頃に桃の花が咲くことや、桃は魔除けの効果を持つとされてきたからだとか。ひな祭りでいただくちらし寿司やはまぐりのお吸い物、菱餅、白酒は健康長寿や厄除け、良縁等々、娘が健やかに成長して幸せな人生を送れるようにという願いが込められています。</p>				1	2
事務局休					10:00 60歳健康	10:00 ピラティス
3	4	5	6	7	8	9
事務局休		19:00 ヨガ			10:00 60歳健康	
					19:30 ストレッチボール&コアトレ	
10	11	12	13	14	15	16
事務局休				14:00 ピラティス	10:00 60歳健康	10:00 ピラティス
	19:30 バドミントン	19:00 ヨガ		19:30 バランスボール		
17	18	19	20	21 春分の日	22	23
事務局休					10:00 60歳健康	
		19:00 ヨガ			19:30 ストレッチボール&コアトレ	
24	25	26	27	28	29	30
事務局休				14:00 ピラティス		
	19:30 バドミントン	19:00 ヨガ		19:30 バランスボール		

1年間ありがとうございました！

会員の皆さまのおかげで無事に今年度を終えることができそうです。
 本当にありがとうございました。
 来年度も皆様に楽しく参加していただけるような教室でいられるように、事務局一同がんばります！
 31年度入会受付が3/11(月)から始まります。ペア会員割引も行っておりますので、是非ご家族やお友達をお誘いの上、ご入会ください。



長井花のまちスポーツクラブ事務局

〒993-0041 山形県長井市九野本1235-1長井市置賜生涯学習プラザ内
 TEL 0238-87-0187 FAX 0238-87-0178 MAIL hanaspo@e.jan.ne.jp HP <http://www.nagai-hanaspo.jp>
 FB <http://www.facebook.com/hanaspo.h25/>