

自由教室・RF開催日程

9月

【受付場所】 管理棟事務所 【開催場所】 陸上競技場 会議室

	日	月	火	水	木	金	土
午前						○	○
午後						1	2
夜間						○	
午前		○	○	●	○	★	○
午後	3	4	5	6	7	8	9
夜間		○			○	○	
午前		○	○	●	○	★	
午後	10	11	12	13	14	15	16
夜間		○			○		
午前				●	○	★	○
午後	17	18	19	休館日	20	21	22
夜間					○	○	○
午前		○	○	●	○	★	○
午後	24	25	26	27	28	29	30
夜間		○			○	○	

- ☆ …… はじめてエアロ 13:00~13:45 / ピラティス・ストレッチ 14:00~14:45
- …… ラテンエアロ 10:00~10:45
- ★ …… はじめてエアロ 10:00~10:45 / リフレッシュ・ヨガ 11:00~11:45
- …… RF【ラウンドフィットネス】各公開時間