

自由教室・RF開催日程

3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	3
夜間							○
午前		○	○	○	●	★	
午後	4	○	5	6	☆	7	8
夜間		○	○		○		9
午前		○	○	○	○	○	★
午後	11	○	12	13	☆	14	15
夜間		○	○		○		16
午前		○		○			○
午後	18	○	19	休館日	20	☆	21
夜間		○					22
午前		○	○	○	○	○	○
午後	25	○	26	○	27	☆	28
夜間		○	○			○	29
午前							○
午後							30
夜間							★
午前							○
午後							○
夜間							○

- ☆・・・はじめてエアロ 13:00~13:45 / プラティス・ストレッチ 14:00~14:45
- ・・・ラテンエアロ 10:00~10:45 / ◎・・・キッズ体操教室 15:30~16:30
- ★・・・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