

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
夜間							
午前			○		○		
午後	2	3	○	4	☆	5	○
夜間			○			○	6
午前					○		○
午後	9	10		11	○	12	●
夜間					○	○	○
午前			○				○
午後	16	17	○	18	休館日	19	○
夜間			○			○	○
午前					○		○
午後	23	24		25	○	26	●
夜間					○	○	○
午前							○
午後	30						
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
- ★・・・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