

♪ いきいき倶楽部LIKE YOU 2024年3月プログラム ♪

	月			火			水	木		
	4日	11日	18日	5日	12日	19日		7日	14日	21日
10:00	10:30 シヤンソン レスン 平野りり子先生	10:30 ikiiki beat ビート 打楽器 鈴木先生	ウォーターベッド (予約制) 11:30 ボディリカバリー 祐子先生	ウォーターベッド (予約制)	ウォーターベッド (予約制)	ウォーターベッド (予約制)		ウォーターベッド (予約制) 11:30		
11:00				健康カラオケ	ウェルエイジング (ヨガ) かおり先生			① マットヨガ	① マットヨガ	① マットヨガ
12:00	休憩・ウォーターベッド		12:30	休憩・ウォーターベッド				12:15		
13:00	コアストレッチ 紀子先生		13:00 頭もすっきりと・ 絵手紙	フラダンス・マハナホア		俳句の会 小沢 真弓先生 「あふり」 創刊主宰		② マットヨガ	② マットヨガ	② マットヨガ
14:00	テニス エクササイズ 亀井コーチ 日本体育協会公認テニス 上級教師							13:00 うたごえサロン つかほ先生	13:00 ポップス	13:00 健康カラオケ (愛衣先生)
15:00								ウォーターベッド (予約制)		

3/14 (木) プログラム変更。

★「ポップス」菱田 祐貴 先生です。
宜しくお願いします。

★随時、無料見学・体験受付中！

町田市森野1-34-10 1階 042-860-7355

月会費¥5,500 (税込) すべてのプログラムを受講できます。

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
25	26	27	28	29	1	2
3	4 ★	5 ★	6	7 ★	8	9
10	11 ★	12 ★	13	14 ★	15	16
17	18 ★	19 ★	20 春分の日	21 ★	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6