

♪ いきいき倶楽部LIKE YOU 2023年6月プログラム ♪

	月				火				水	木			
	3日	10日	17日	24日	4日	11日	18日	25日		6日	13日	20日	27日
10:00	10:30 シヤンソン レッスン 平野りり子先生	10:30 栄養学・アンチエイジング 「パリおにぎり」	ウォーターベッド (予約制)	10:30 ikiiki beat ビート打楽器 鈴木先生	10:30 アロマクラフト教室 「アロマ 宝石せっけん」	ウォーターベッド (予約制)	ウォーターベッド (予約)		ウォーターベッド (予約制)				
11:00			11:30 ボディリカバリー 祐子先生			健康カラオケ	ウエルエイジング (ヨガ) かわり先生			11:30 ①マットヨガ			
12:00	休憩		12:30	休憩		休憩・ウォーターベッド				12:15 ②マットヨガ			
13:00	バレエ エクササイズ	コアストレッチ 紀子先生	13:00 頭もすっきりと 絵手紙	コアストレッチ 紀子先生	フラダンス・マハナホア	俳句の会 「あふり」 小沢 真弓先生 創刊主宰	フラダンス・マハナホア			13:00 うたごえサロン つかほ先生		健康カラオケ	
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									ウォーターベッド (予約制)			
15:00													

★アロマクラフト教室6/4 (火)  
10:30~「アロマ宝石せっけん」

★栄養学 アンチエイジング 6/10 (月)  
10:30~「パリおにぎり」参加費¥600

★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
26	27	28	29	30	31	1
2	3 ★	4 ★	5	6 ★	7	8
9	10 ★	11 ★	12	13 ★	14	15
16	17 ★	18 ★	19	20 ★	21	22
23	24 ★	25 ★	26	27 ★	28	29
30	1	2	3	4	5	6