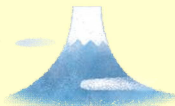


いきいき倶楽部LIKE YOU 2025年1月プログラム

	月		火			水	木		
	6日	20日	7日	14日	21日		9日	16日	23日
10:00	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	ウォーターベッド (予約制)				ウォーターベッド (予約制)		
11:00	チエアサバレス エクササイズ	11:30 ボディリカバリー 祐子先生	健康カラオケ 愛衣先生	ウエル エイジング (ヨガ) かおり先生			11:30 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 ② マットヨガ		
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 「あふり」 小沢 真弓先生 創刊主宰		13:00 うたごえサロン つかほ先生	13:00 健康カラオケ 愛衣先生	
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									

明けましておめでとうございます。
今年も賑やかな皆様をお待ちしています！



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