

4月度 やらまいか健康塾 予定表

日	月	火	水	木	金	土
	たくさんの方に参加していただきたいため、 体操の内容を一部変更しています。ご確認ください！ ★感染予防対策の為、各自マットやバスタオルをご用意いただきますようお願いいたします。 ★卓球利用の方は1階事務所・バドミントン利用の方はトレーニング室スタッフにお尋ねください。 ★土・日・祝日にやらまいかのチケットで卓球・バドミントンを利用することが出来ません。 ★ゆめりあ・豊岡体育館で卓球とバドミントンは利用出来ません。ご了承ください。 磐田市総合体育館(0538-32-4236) 豊岡体育館(0539-63-0036) ゆめりあ(0538-38-4150)			1	2	3
				9:45 健康(のんびり)	9:45 もりもり	10:00 健康体操
				10:30 スロトレ	10:00 豊岡)休講	
				13:45 健康体操	13:45 もりもり	
				14:30 休講		
4	5	6	7	8	9	10
	9:45 健康体操	9:45 健康(のんびり)	9:45 もりもり	9:45 健康体操	9:45 もりもり	休講
	10:45 スロトレ		10:45 スロトレ	10:30 スロトレ	10:00 豊岡)スロトレ	
	13:45 ゆめりあ)休講	13:45 もりもり		13:45 健康(のんびり)	13:45 もりもり	
	13:45 もりもり		13:45 もりもり	14:30 スロトレ		
	14:45 休講		14:45 スロトレ			
11	12	13	14	15	16	17
	9:45 もりもり	休館日	9:45 もりもり	9:45 健康体操	9:45 もりもり	10:00 健康(のんびり)
	10:45 スロトレ		10:45 スロトレ	10:30 スロトレ	10:00 豊岡)スロトレ	
	13:45 ゆめりあ)もりもり		13:45 もりもり	14:30 休講	13:45 もりもり	
	13:45 もりもり		13:45 もりもり			
	14:45 休講		14:45 スロトレ			
18	19	20	21	22	23	24
	9:45 健康(のんびり)	9:45 健康体操	9:45 もりもり	9:45 健康(のんびり)	9:45 もりもり	10:00 健康体操
	10:45 スロトレ		10:45 スロトレ	10:30 スロトレ	10:00 豊岡)スロトレ	☆4月限定☆ 運動特別月間♪ 体を動かす 回数を 増やそう！
	13:45 ゆめりあ)もりもり	13:45 もりもり		13:45 健康(のんびり)	13:45 もりもり	
	13:45 もりもり		13:45 もりもり	14:30 スロトレ		
	14:45 休講	14:45 スロトレ				
25	26	27	28	29 (祝)	30	
	9:45 もりもり	9:45 健康(のんびり)	9:45 もりもり	休講	9:45 もりもり	
	10:45 スロトレ		10:45 スロトレ		10:00 豊岡)スロトレ	
	13:45 ゆめりあ)もりもり	13:45			13:45 もりもり	
	13:45 もりもり	14:30 休講	13:45 もりもり			
	14:45 休講	14:45 スロトレ	14:45 スロトレ			