### 2024(令和6)年度 第4期カレンダー 2024(令和6)年度 第4期カレンダー

月 ズンバ 体幹トレーニング

木 健康体操 リズム体操



ピンクは施設都合で休講になった際の予備日

グレーは休場日





グレーは休場日

ピンクは施設都合で休講になった際の予備日



駐車場混雑予想日 → 注意 → 要注意 駐車場混雑予想日 → 注意 → 要注意 駐車場混雑予想日 → 注意 → 要注意

2024(令和6)年度 第4期カレンダー



グレーは休場日

ピンクは施設都合で休講になった際の予備日

# 月 リフレッシュヨガ リラックスヨガ

火 リフレッシュヨガ

	金	リラッ	クスヨ	lガ			
	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
1	6	7	8	9	10	11	12
月	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		
	月	火	水	木	金	+	日
						1	2
2	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28		
	月	火	水	木	金	±	日
						1	2
3	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
73	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						

## 月 体リセットヨガ エアロビクス初級

十 シェイプアップヨガ ダイエットエアロ

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
1	6	7	8	9	10	11	12
月	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		
	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
2	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28		
	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
3	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
Л	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						

		ズンハ	、パワ	ノーヨナ	וֹ		
	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
1	6	7	8	9	10	11	12
月	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		
	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
2	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28		
	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
3	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
7	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						

#### 2024(令和6)年度 第4期カレンダー

駐車場混雑予想日 → 注意 → 要注意





グレーは休場日

ピンクは施設都合で休講になった際の予備日

#### 火 はじめてのヨガ

#### 木 ピラティス

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
1	6	7	8	9	10	11	12
月	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		
	月	火	水	木	金	+	Ш
						1	2
2	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28		
	月	火	水	木	金	+	Ш
3						1	2
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
73	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						

#### 2024(令和6)年度 第4期カレンダー



グレーは休場日

ピンクは施設都合で休講になった際の予備日

## 火 フラダンス

## 金 親子運動あそび

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
1	6	7	8	9	10	11	12
月	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		
	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
2	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28		
	月	火	水	木	金	+	
						1	2
3	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						

#### 2024(令和6)年度 第4期カレンダー

駐車場混雑予想日 → 注意 → 要注意



グレーは休場日

ピンクは施設都合で休講になった際の予備日

チ	ア	ダ	ン	ス
---	---	---	---	---

	金	ヒッフ	゚゚゚゚゚ホッフ	゚゚゚゚゙゙゙゙゙゙゚゙゙゙゙゚゚゙゙゙゙゚゙゚゙゚゚゙゚゚゙゚゙゙゙゙゙゙゚゚ヹ゚゚゙゙゙゙゙゙	ζ		
	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
1	6	7	8	9	10	11	12
月	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		
	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
2	3	4	5	6	7	8	9
月	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28		
	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
3	3	4	5	6	7	8	9
っ 月	10	11	12	13	14	15	16
Л	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						