



夏期元気の出る講座

更新日 24.11.15

| 曜日 | 講座名 | 時間 | 休講日 ⇒ | 開講日 |
|----|-----------------------------|-------------|----------|--------|
| 火 | 骨盤健康体操 | 19:30~20:45 | 10月22日 ⇒ | 11月19日 |
| | 骨盤健康体操 | 19:30~20:45 | 11月19日 ⇒ | 11月26日 |
| 水 | 己書幸座 | 9:45~10:45 | 9月18日 ⇒ | 11月13日 |
| | ZUMBA GOLD | 11:00~11:45 | 10月16日 ⇒ | 11月20日 |
| | ZUMBA 夜の部 | 19:30~20:30 | 10月16日 ⇒ | 11月20日 |
| 土 | シェイプアップコンバット | 10:00~11:00 | 8月10日 ⇒ | 11月16日 |
| | 片付け・掃除で夢を叶える8回集中講座 | 10:30~12:00 | 8月17日 ⇒ | 11月16日 |
| | Let'sEnjoyイグ リッシュ遊んで慣れよう英会話 | 10:00~11:00 | 8月31日 ⇒ | 11月16日 |
| | Let'sEnjoyイグ リッシュ楽しくお勉強 | 11:15~12:15 | 8月31日 ⇒ | 11月16日 |
| | Let'sEnjoyイグ リッシュ中学校へのステップ | 12:30~13:30 | 8月31日 ⇒ | 11月16日 |
| | 初心者のためのギター講座 (土) | 19:00~20:00 | 10月19日 ⇒ | 11月16日 |
| | リズム観を養うドラム教室 (土) | 20:15~21:15 | 10月19日 ⇒ | 11月16日 |

