

とよとみスポーツCLUB クラス日程表

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 レディースヨガ ナイトウォーキング	6 元気体操 (中)	7 (石) ボール&ボクシング	8		
11	12	13 元気体操 (石)	14 (中・石) ボール&ボクシング	15		17
18	19	20 元気体操 (門)	21 5倍ポイントデー! リラックスヨガ	22 ★男の筋トレ教室	23	
25	26 レディースヨガ	27 元気体操 (中)	28 5倍ポイントデー! リラックスヨガ	29	30	31

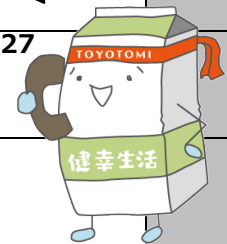
参加をご希望の方は
必ずご予約を
お願いします!



11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 (河・石) ボール&ボクシング	5	6	7
8	9	10 5倍ポイントデー! 元気体操 (石)	11 (河・石) ボール&ボクシング	12		
15	16 レディースヨガ	17 5倍ポイントデー! 元気体操 (門)	18 リラックスヨガ	19		
22	23	24 元気体操 (中)	25 リラックスヨガ	26	27	
29	30 レディースヨガ					

● 予約先 ●
豊富町保健センター
TEL:82-3761



12月

日	月	火	水	木	金	土
		1 元気体操 (中)	2 (河・石) ボール&ボクシング	3	4	5
6	7 5倍ポイントデー! レディースヨガ	8 元気体操 (門)	9 リラックスヨガ	10	11	12
13	14	15 元気体操 (石)	16 (中・石) ボール&ボクシング	17	18	19
20	21 5倍ポイントデー! レディースヨガ	22 元気体操 (中)	23 リラックスヨガ	24	25	26
27	28	29	30	31		
年末のため、クラスお休み						