

# とよとみ スポーツCLUB 開催日一覧

令和6年  
1月～3月分

## 1月

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
年始のため、クラスお休み						
7	8	9 ●元気体操(石)	10 ◎リラックスヨガ <b>5倍ポイントデー</b>	11	12	13
14	15 ●レディースヨガ	16 ●元気体操(中)	17 <b>5倍ポイントデー</b> ◎元気体操(阿) ●リズムボクシング	18 ●キッズエクササイズ	19	20
21	22	23 ●元気体操(中)	24 ◎元気体操(阿) ●リズムボクシング	25 ●キッズエクササイズ	26	27
28	29 ●レディースヨガ	30 ●元気体操(中)	31			●男の運動教室(外)

## 2月

日	月	火	水	木	金	土
				1 ●キッズエクササイズ	2	3
4	5 ◎レディースヨガ <b>5倍ポイントデー</b>	6 ●元気体操(中)	7 ●リズムボクシング	8	9	10
11	12	13 ●元気体操(石)	14	15 ●キッズエクササイズ	16 <b>5倍ポイントデー</b> ◎男の運動教室(難)	17
18	19 ●レディースヨガ	20 ●元気体操(中)	21 ●元気体操(門) ●リラックスヨガ	22	23	24
25	26	27 ●元気体操(中)	28	29 ●キッズエクササイズ		

## 3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 ●レディースヨガ	5 ●元気体操(中)	6 ●元気体操(高岡) ◎リズムボクシング	7 ●キッズエクササイズ	8 ◆元気体操SP	9
10	11	12 ●元気体操(石)	13 <b>5倍ポイントデー</b> ◆体組成講座	14 ●キッズエクササイズ	15 ◆体組成講座 ●男の運動教室(河)	16
17	18 ●レディースヨガ	19 ●元気体操(中)	20	21	22	23
24	25	26 <b>5倍ポイントデー</b> ◎元気体操(河)	27 ●リラックスヨガ	28	29 ●キッズエクササイズ	30

●は通常クラス、◎は5倍ポイントデー、◆スペシャルクラスの詳細は別途回覧をご覧ください。