

2021年度 教室日程



□健康体操 □はじめてのダンスフィットネス □夕暮れヨガ

2021.10.11改訂

	健康体操	はじめての ダンスフィットネス	夕暮れヨガ
曜日 場所 講師名	金 曜 日		
	平群町総合文化センター くまがしホール他		平群町総合文化センター 和室
	奈良トリム体操研究会	スアイジャイグループ	スアイジャイグループ
時間	9:20~10:20	10:30~11:20	18:10~19:00
持ち物	タオル (80cmくらい) 飲み物	タオル、飲み物	ヨガマット ストレッチポール タオル、飲み物

お休みされた場合は、教室間で振替受講できます。

(健康体操) ※10月15日、22日は『道の駅大和路へぐり・研修室①②』で開催です。

(ダンスフィットネス) ※10月15日、22日は『平群町総合スポーツセンター・会議室』にて
10時~10時50分に時間変更して開催です。

	月度	金 曜 日	
2021年	10月	8, ※15, ※22	8, 15, 22
	11月	12, 19, 26	12, 19, 26
	12月	3, 10, 17	3, 10, 17
2022年	1月	14, 21, 28	7, 14, 21, 28
	2月	4, 18, 25 4→研修室1AB	18, 25
	3月	4, 11, 18, 25(予備日)	4, 11, 18, 25(予備日)

日程、場所、講師は諸事情により変更することがあります。

✉heguri@kumagashiclub.com ☎0745-46-3550

くまがしクラブ事務所受付時間 9:00~16:00

月曜・日祝日・夏期休暇・年末年始、他事務所指定休日有