

□貯筋運動 かのき健康クラブ・きくみ健康クラブ・くまがし健康クラブ

2023.2

クラブ名	かのき健康クラブ	きくみ健康クラブ	くまがし健康クラブ
曜日 場所 講師名	月曜日	水曜日	金曜日
	平群町立老人福祉センター かのき荘	平群町菊美台集会所	平群町総合文化センター くまがしホール他
	貯筋運動指導者 横山 兵悟	貯筋運動インストラクター 市野 明美	
時間	9:30~10:30		
持ち物	タオル、飲み物 ※(月)かのき健康クラブ(水)きくみ健康クラブのみ室内シューズ必要		

お休みされた場合は、各教室間で振替受講できます。
※ただし、(月)かのき健康クラブ(金)くまがし健康クラブは現在、募集中ですので開催が決定されましたら振替ご利用いただけます。

年	月度	月曜日	水曜日	金曜日 ◆研修室1AB
2023年	4月	3, 10, 17	5, 12, 26	◆7, ◆14, ◆21
	5月	1, 8, 15	10, 24, 31	12, 26
	6月	5, 12, 19	7, 14, 28	2, ◆9, 16, 23, 30
	7月	3, 10, 24	5, 12, 26	7, 14, 28
	8月	7, 14, 21	2, 9, 23	18
	9月	4, 11, 25	6, 13, 27	8, 15, 22, ◆29
	10月	2, 16, 23	4, 11, 25	13, 20
	11月	6, 13, 20	1, 8, 22, 29	10, 17, 24
	12月	4, 11, 18	6, 13	◆1, 8, 15, 22
2024年	1月	8, 15, 22	10, 24, 31	12, 19, ◆26
	2月	5, 12, 19	7, 14, 28	◆2, 9, 16
	3月	4, 11, 18	6, 13, 17	8, 15, 22

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.co 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