

□貯筋運動 きくみ健康クラブ・くまがし健康クラブ

2023.3

クラブ名	きくみ健康クラブ	くまがし健康クラブ
曜日 場所 講師名	水曜日	金曜日
	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 ※(※)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、教室間で振替受講できます。

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