

# 2023年度 教室日程



□貯筋運動 きくみ健康クラブ・くまがし健康クラブ

2023.10.25改訂

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 ※ <del>水</del> 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。

## 【くまがし健康クラブ】

3月22日は講師都合により休講。振替日は3月29日となります。

年	月度	水曜日	金曜日 ◆研修室1AB
2023年	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, 27	◆1, 8, 15, <del>22</del> , 29

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