

2024 テニス教室 7月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15 海の日	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

テニス教室 8月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11 山の日	12 振替休日	13	14	15	16	17 ★お盆休み
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

テニス教室 9月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16 敬老の日	17	18	19	20	21
22 秋分の日	23 振替休日	24	25	26	27	28
29	30					

★8/13(火)~8/17(土) お盆休み

7/3(水)	定期休館日
7/15(月)	祝日休講日
7/30(火)	振替専用日
7/31(水)	

8/7(水)	定期休館日
8/11(日)	祝日休講日
8/12(月)	

9/4(水)	定期休館日
9/16(月)	祝日休講日
9/23(月)	

2024 プール教室 7月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15 海の日	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

プール教室 8月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11 山の日	12 振替休日	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

プール教室 9月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16 敬老の日	17	18	19	20	21
22 秋分の日	23 振替休日	24	25	26	27	28
29	30					

★8/13(火)～8/17(土) お盆休み

7/3(水)	定期休館日
7/15(月)	祝日休講日
7/30(火)	振替専用日
7/31(水)	

8/7(水)	定期休館日
8/11(日)	祝日休講日
8/12(月)	

9/4(水)	定期休館日
9/16(月)	祝日休講日
9/22(日)	
9/23(月)	

# 第2期 洞峰公園スポーツ教室

## スタジオ・体育館教室 スケジュール



7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	休館	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	休館	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	休館	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

※毎月第1水曜日は休館日となります。第1水曜日が祝日の場合は第2水曜日が休館日となります。

※祝日は休講となります。

※8/13 ~8/17はお盆休みとなります。

### 休講教室

#### スタジオ教室

- ・7/2(火)、7/9(火)、7/16(火)、7/23(火)、7/30(火)、8/6(火) マタニティーヨガ
- ・7/4(木) ラテンエアロ初級
- ・7/4(木)、8/1(木)、9/5(木) 美BODYMAKE Exercise①
- ・7/5(金)、7/12(金)、7/19(金)、7/26(金)、8/2(金)、8/9(金) ペルビックストレッチ②
- ・7/5(金)、7/12(金)、7/19(金)、7/26(金)、8/2(金)、8/9(金) ヨーガ
- ・7/5(金)、7/12(金)、7/19(金)、7/26(金)、8/2(金)、8/9(金) 産後ヨガ
- ・7/6(土)、7/13(土)、7/20(土)、7/27(土)、8/3(土)、8/10(土) 朝ヨガ
- ・7/10(水)、7/17(水)、7/24(水)、7/31(水) 産後骨盤エクササイズ
- ・7/10(水)、7/17(水)、7/24(水)、7/31(水) ヨーガと呼吸法
- ・7/10(水)、7/17(水)、7/24(水)、7/31(水) ペルビックストレッチ①
- ・7/17(水) HIIT BEGINNER
- ・9/25(水) ZUMBA®②
- ・8/22(木)、8/29(木) ベリーダンス

#### 体育館教室

- ・7/2(火)、7/23(火)、8/6(火) はじめてバドミントン①
- ・7/8(月)、7/29(月)、8/26(月) ラート①
- ・8/8(木)、9/19(木) バドミントン初級
- ・9/19(木) バドミントン①
- ・9/20(金) はじめてバドミントン②

8/14訂正ver.