



9月

玉村町社会体育館 フィットネス教室スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				10:30~11:30 やさしいヨガ 13:30~14:30 Baby&Mama A 15:30~16:30 コア&ストレッチ	無料体験会 ※事前予約制	
4	5	6	7	8		10
休館日	10:30~11:30 ZUMBA 16:00~17:00 からだ★バランス 19:00~20:00 ヨガ	11:00~12:00 ヨガ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 健康体操 13:30~14:00 バランスボール 19:00~20:00 ヨガ 19:15~20:15 ZUMBA	10:30~11:30 やさしいヨガ 13:30~14:30 Baby&Mama B 15:30~16:30 コア&ストレッチ		
11	12	13	14	15	16	17
休館日	10:30~11:30 ZUMBA 16:00~17:00 からだ★バランス 19:00~20:00 ヨガ	11:00~12:00 ヨガ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 健康体操 13:30~14:00 バランスボール 19:00~20:00 ヨガ 19:15~20:15 ZUMBA	10:30~11:30 やさしいヨガ 13:30~14:30 Baby&Mama A 15:30~16:30 コア&ストレッチ		
18	19	20	21	22	23	24
	休館日	11:00~12:00 ヨガ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 健康体操 13:30~14:00 バランスボール 19:00~20:00 ヨガ 19:15~20:15 ZUMBA	10:30~11:30 やさしいヨガ 13:30~14:30 Baby&Mama B 15:30~16:30 コア&ストレッチ		
25	26	27	28	29	30	
休館日	10:30~11:30 ZUMBA 16:00~17:00 からだ★バランス 19:00~20:00 ヨガ	11:00~12:00 ヨガ 13:30~14:00 ゆっくりプログラム	10:30~11:30 健康体操 13:30~14:00 バランスボール 19:00~20:00 ヨガ 19:15~20:15 ZUMBA	10:30~11:30 やさしいヨガ 13:30~14:30 Baby&Mama A 15:30~16:30 コア&ストレッチ		

受付方法: 当日窓口にて受付(教室開始15分前より受付開始)

※定員いっぱいになり次第受付終了 ※Baby&Mama教室は別途お申し込みが必要です

問合せ: 玉村町社会体育館 ☎0270-65-6537(午前9時~午後9時)

〒370-1127 群馬県佐波郡玉村町上之手1517番地

休館日: 月曜(祝日の場合は翌日)・年末年始

