

SUN 日	MON 月	TUE 火	WED 水	THU 木	FRI 金	SAT 土
1	2	3	4	5	6	7
	休館日		イスヨガ 13:30~14:30 (SAYAKA) ナイトヨガ 18:30~19:30 (しず)			土曜ストレッチ 13:30~14:30 (SAYAKA)
8	9	10	11	12	13	14
	休館日		水曜ストレッチ 13:30~14:30 (SAYAKA) ナイトヨガ 18:30~19:30 (しず)		イスでヨガ & ストレッチ 10:30~11:30 (SAYAKA)	土曜ストレッチ 13:30~14:30 (SAYAKA) waiwai 打撃っく 14:45~15:45 (吉川)
15	16	17	18	19	20	21
ピラティス 13:30~14:30 (山田)		休館日	イスヨガ 13:30~14:30 (SAYAKA) ナイトヨガ 18:30~19:30 (しず)			
リラックスヨガ 14:45~15:45 (山田)						
22	23	24	25	26	27	28
		休館日	水曜ストレッチ 13:30~14:30 (SAYAKA) ナイトヨガ 18:30~19:30 (しず)		イスでヨガ & ストレッチ 10:30~11:30 (SAYAKA)	土曜ストレッチ 13:30~14:30 (SAYAKA) waiwai 打撃っく 14:45~15:45 (吉川)
		ノルディックウォーキング 13:30~15:00 (関根)				
29	30					
	休館日					
	ポールウォーキング 13:30~15:00 (関根)					

21日(土)ストレッチ教室は
剣道大会のため
おやすみです。



◆各教室のご予約は教室開催日に次回の予約を受付けます。

お電話でのご予約につきましては、**各教室終了次第**受付開始致します。

◆新規で参加を希望される方はお電話にてお申し込みください。

◆動きやすい服装でご参加ください。必要に応じて飲料水・タオル・マイマットなどご持参ください。(マット貸出有)

◆時間に遅れる場合、キャンセルされる場合は必ず事前にご連絡ください。

お申込み
お問合せ

館山運動公園管理事務所 TEL:0470-28-1340

◆受付時間9:00~20:30◆ HP: <http://www.cue-net.or.jp/kouen/tateyama/>