

1月 月間予定表

曜日	コース名	会場	時間	期 日
月	チアダンス (キッズ)	スポーツセンター 軽運動場	16:30～ 17:20	16 23 30
	チアダンス (ジュニア)		17:30～ 18:30	16 23 30
	スポーツ民踊 (昼)	スポーツセンター 弓道場	13:30～ 15:00	/ / / / / / / /
	スポーツ民踊 (キッズジュニア)		17:30～ 18:30	
	多種目トライ	スポーツセンター 第二体育館	19:15～ 20:15	16 23 30
	新体操	スポーツセンター 剣道場	19:00～ 20:00	16 23 30
	柳川式わんぱく体操 (前)	スポーツセンター 第一体育館	18:00～ 19:00	16 23 30
	柳川式わんぱく体操 (後)		19:15～ 20:15	16 23 30
	上達卓球		18:30～ 20:30	16 23 30
	Enjoy! バスケット		18:30～ 19:45	16 23 30
	セルフコンディショニング ストレッチ		軽運動場	19:00～ 20:15

↓ 屋外種目の雨天中止等の連絡は下記の電話及びメールアドレスにてご連絡致します。 ↓

TEL : 023-616-6676 E-mail : club@yamagatasi-taikyou.jp

月間予定表はホームページからでもご覧になれます。

火・水・木・金曜日は裏面をご覧ください。 →

1月 月間予定表

曜日	コース名	会場	時間	期 日
火	HipHopダンス	スポーツセンター 剣道場	17:00～ 18:00	10 17 24
	ソフトテニス	スポーツセンター テニスコート	18:30～ 20:00	
	ピラティス (モーニング)	スポーツセンター 特設スタジオ	10:30～ 11:45	10 17 24
	ピラティス (アフター)	スポーツセンター 軽運動場	19:15～ 20:30	10 17 24
水	リフレッシュヨガ (モーニング)	スポーツセンター 特設スタジオ	10:30～ 11:45	11 18 25
	太極拳	スポーツセンター 剣道場	13:30～ 14:30	11 18 25
	バレエ (キッズ)	スポーツセンター 特設スタジオ	17:00～ 18:00	11 18 25
	バレエ (ジュニア)		18:00～ 19:00	11 18 25
	バレエ (オープン)		19:15～ 20:15	11 18 25
木	完全燃焼!! ファットバーンEX	スポーツセンター 特設スタジオ	19:00～ 20:15	12 19 26
金	リフレッシュヨガ (アフター)	スポーツセンター 軽運動場	19:15～ 20:30	13 20 27
	スッキリBODYメイク	スポーツセンター 柔道場	10:00～ 11:15	13 20 27
	健康スイミング	スポーツセンター 屋内プール	10:00～ 12:00	6 13 20 27
	弓道入門	山形市弓道場 (霞城公園内)	19:00～ 21:00	