

骨盤エクササイズ&ピラティス (金)		日 時	毎週 金 14:00~15:00		
講師	奥村 育恵 横山 千佳子	受講料	4,900円	年間回数	42回
持参物	筆記用具、運動のできる服装、ヨガマット				
会場	2階 和室				

講座実施日…●

予備日…講座日に実施できなくなった場合の振替予定日

	1週	2週	3週	4週	5週
4月	5 ● 1回	12 ● 2回	19 ● 3回	26 ● 4回	
5月	3 祝日	10 ● 5回	17 ● 6回	24 ● 7回	31
6月	7 ● 8回	14 ● 9回	21 ● 10回	28 ● 11回	
7月	5 ● 12回 2期納入日	12 ● 13回 2期納入日	19 ● 14回 2期納入期限	26 予備日	
8月	2 ● 15回	9 ● 16回	16	23 ● 17回	30 ● 18回
9月	6 ● 19回	13 ● 20回	20 ● 21回	27 ● 22回	
10月	4 ● 23回	11 ● 24回	18 ● 25回	25 ● 26回 3期納入日	
11月	1 ● 27回 3期納入日	8 ● 28回 3期納入期限	15 予備日	22 ● 29回	29
12月	6 ● 30回	13 ● 31回	20 ● 32回	27 ● 33回	
1月	3 休館日	10 ● 34回	17 ● 35回	24 ● 36回	31 予備日
2月	7 ● 37回	14 ● 38回	21 ● 39回	28 ● 40回	
3月	7 ● 41回	14 ● 42回	21 予備日	28	