

ピラティス (金) ①			日 時	毎週 金	18:40~19:40
講師	原部 静子	受講料	3,500円 / 10回	年間回数	40回
会場	1階 ホール				
持参物	筆記用具、運動のできる服装、ヨガマット、タオル、ピラティス専用ボール、バンド (購入については講師に要相談、初日は貸出有)				

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