

骨盤エクササイズ&ピラティス (木)		日 時	2・4 木	19:50~20:50
講師	山本 英恵	受講料	3,850円 / 11回	年間回数
持参物	筆記用具、運動のできる服装、ヨガマットまたはバスタオル			

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