

美姿勢リンパエクササイズ②				日 時	1・3 日	10:40~11:40	
講師	三沢 礼子	受講料	3,850円 / 11回	年間回数	22回	会場	2階 和室
持参物	筆記用具、運動のできる服装、ヨガマット、飲み物						

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