

9月

ひなたフィットネス



【月間スケジュール】

	9/1 (火)	9/2 (水)	9/3 (木)	9/4 (金)
	10:00~11:00 姿勢キレイ (体幹トレ) (中村) 副道場	施設利用のため 休講	施設利用のため 休講	施設利用のため 休講
	休館		施設利用のため 休講	施設利用のため 休講
9/7 (月)	9/8 (火)	9/9 (水)	9/10 (木)	9/11 (金)
施設利用のため 休講	10:00~11:00 姿勢キレイ (体幹トレ) (中村) 副道場	10:00~11:00 健康体操 (清藤) 副道場	10:00~11:00 リラックスヨガ (蔵本) 副道場	10:00~11:00 からだ整え エクササイズ (池田) 副道場
施設利用のため 休講	休館		19:00~20:00 骨盤調整ヨガ (内田) 副道場	19:30~20:20 ZUMBA® (長嶺) 副道場 
9/14 (月)	9/15 (火)	9/16 (水)	9/17 (木)	9/18 (金)
施設点検のため 休講	火曜 休館日	10:00~11:00 姿勢キレイ (体幹トレ) (中村) 副道場	10:00~11:00 リラックスヨガ (蔵本) 副道場	10:00~11:00 からだ整え エクササイズ (池田) 副道場
19:30~20:30 ピラティス (TAKAHIRO) 副道場			19:00~20:00 骨盤調整ヨガ (内田) 副道場	19:30~20:20 ZUMBA® (長嶺) 副道場 
9/21 (月)	9/22 (火)	9/23 (水)	9/24 (木)	9/25 (金)
祝日により休講	祝日により休講	祝日により休講	10:00~11:00 リラックスヨガ (蔵本) 副道場	10:00~11:00 からだ整え エクササイズ (池田) 副道場
			振替休館	19:30~20:20 ZUMBA® (長嶺) 副道場 
9/28 (月)	9/29 (火)	9/30 (水)	【重要】教室変更のお知らせ📢 9/16 (水) 健康体操 ▶ 姿勢キレイ  マークの付いたプログラムは 室内シューズが必要です。	
施設利用のため 休講	10:00~11:00 姿勢キレイ (体幹トレ) (中村) 副道場	10:00~11:00 健康体操 (紋島) 副道場		
19:30~20:30 ピラティス (TAKAHIRO) 副道場	休館			

施設の予約状況や講師の都合により、休講となる場合がございます。
休講等の情報は、ホームページ・Instagramにてお知らせ致します。