

「水泳教室」カレンダー 2024年7月～9月

7月							お知らせ
日	月	火	水	木	金	土	★7月教室 7月1日(月)～7月28日(日)です ★7月末退会・8月休会手続きは7月10日(水)、 8月～のコース変更は7月28日(日)が受付最終日です ★進級テストは 7月22日(月)～28日(日)です 記名した練習級のテスト用紙1枚のみを連絡袋に入れて お持ちください ★7月29日(月)・31日(水)は休講です
	1 ①	2 休館日	3 ①	4 ①	5 ①	6 ①	
7 ①	8 ②	9 休館日	10 ②	11 ②	12 ②	13 ②	
14 ②	15 ③	16 休館日	17 ③	18 ③	19 ③	20 ③	
21 ③	22 テスト	23 休館日	24 テスト	25 テスト	26 テスト	27 テスト	
28 テスト	29 休講	30 休館日	31 休講				
8月							お知らせ
日	月	火	水	木	金	土	★8月教室 8月1日(木)～8月28日(水)です ★8月末退会・9月休会手続きは8月10日(土)、 9月～のコース変更は8月28日(水)が受付最終日です ★8月29日(木)～31日(土)は9月教室分です
				1 ①	2 ①	3 ①	
4 ①	5 ①	6 休館日	7 ①	8 ②	9 ②	10 ②	
11 ②	12 ②	13 休館日	14 ②	15 ③	16 ③	17 ③	
18 ③	19 ③	20 休館日	21 ③	22 ④	23 ④	24 ④	
25 ④	26 ④	27 休館日	28 ④	29 9月分	30 9月分	31 9月分	
9月							お知らせ
日	月	火	水	木	金	土	★9月教室 8月29日(木)～9月25日(水)です 8月29日(木)～8月31日(土)は9月教室分です ★9月末退会・10月休会手続きは9月9日(月)、 10月～のコース変更は9月25日(水)が受付最終日です ★進級テストは 9月19日(木)～25日(水)です 記名した練習級のテスト用紙1枚のみを連絡袋に入れて お持ちください ★9月26日(木)～30日(月)は10月教室分です
				8/29 9月①	8/30 9月①	8/31 9月①	
1 ①	2 ①	3 休館日	4 ①	5 ②	6 ②	7 ②	
8 ②	9 ②	10 休館日	11 ②	12 ③	13 ③	14 ③	
15 ③	16 ③	17 休館日	18 ③	19 テスト	20 テスト	21 テスト	
22 テスト	23 テスト	24 休館日	25 テスト	26 10月分	27 10月分	28 10月分	
29 10月分	30 10月分						

子供スイミング教室振替予約(1度お取りいただいた振替のキャンセル・変更はできません。あらかじめご了承ください。)

	予約受付開始日		予約受付開始日
7月教室分を7月に振替	6月30日(日)	7月教室分を8月に振替	7月22日(月)
8月教室分を8月に振替	7月31日(水)	8月教室分を9月に振替	8月22日(木)
9月教室分を9月に振替	8月28日(水)	9月教室分を10月に振替	9月19日(木)

教室カレンダー、その他ご案内は

すこやかプラザからのお知らせ



または



からもご確認ください。

「健康教室」カレンダー 2024年7月～9月

7月							お知らせ
日	月	火	水	木	金	土	★7月教室 7月1日(月)～7月28日(日)です ★子供体操教室は 月曜クラス 7月 1日・8日・15日・22日 水曜クラス 7月 3日・10日・17日・24日 ★7月末退会・8月休会手続きは7月10日(水)、 8月～のコース変更は7月28日(日)が受付最終日です ★7月29日(月)・31日(水)は休講です
	1 ①	2 休館日	3 ①	4 ①	5 ①	6 ①	
7 ①	8 ②	9 休館日	10 ②	11 ②	12 ②	13 ②	
14 ②	15 ③	16 休館日	17 ③	18 ③	19 ③	20 ③	
21 ③	22 ④	23 休館日	24 ④	25 ④	26 ④	27 ④	
28 ④	29 休講	30 休館日	31 休講				
8月							お知らせ
日	月	火	水	木	金	土	★8月教室 8月1日(木)～8月28日(水)です ★子供体操教室は 月曜クラス 8月5日・12日・19日・26日 水曜クラス 8月7日・14日・21日・28日 ★8月末退会・9月休会手続きは8月10日(土)、 9月～のコース変更は8月28日(水)が受付最終日です ★8月29日(木)～31日(土)は9月教室分です
				1 ①	2 ①	3 ①	
4 ①	5 ①	6 休館日	7 ①	8 ②	9 ②	10 ②	
11 ②	12 ②	13 休館日	14 ②	15 ③	16 ③	17 ③	
18 ③	19 ③	20 休館日	21 ③	22 ④	23 ④	24 ④	
25 ④	26 ④	27 休館日	28 ④	29 9月分	30 9月分	31 9月分	
9月							お知らせ
日	月	火	水	木	金	土	★9月教室 8月29日(木)～9月25日(水)です 8月29日(木)～8月31日(土)は9月教室分です ★子供体操教室は 月曜クラス 9月2日・9日・16日・23日 水曜クラス 9月4日・11日・18日・25日 ★9月末退会・10月休会手続きは9月9日(月)、 10月～のコース変更は9月25日(水)が受付最終日です ★9月26日(木)～30日(月)は10月教室分です
				8/29 9月①	8/30 9月①	8/31 9月①	
1 ①	2 ①	3 休館日	4 ①	5 ②	6 ②	7 ②	
8 ②	9 ②	10 休館日	11 ②	12 ③	13 ③	14 ③	
15 ③	16 ③	17 休館日	18 ③	19 ④	20 ④	21 ④	
22 ④	23 ④	24 休館日	25 ④	26 10月分	27 10月分	28 10月分	
29 10月分	30 10月分						

★ 健康教室 ★ ①1週目 ②2週目 ③3週目 ④4週目

月曜 20:00～ 週替わりプログラム

① ズバ ② ストレッチ&コアエクササイズ ③ 簡単ITP&ステップ ④ おたのしみリズム

水曜 14:15～ ①③ ボディコンバット / ②④ ボディアタック

15:15～ ①③ ヨガストレッチ / ②④ 骨盤コンディショニング

20:00～ ①③ ボディパンプ / ②④ ボディコンバット

金曜 14:15～ ①③ ボディパンプ / ②④ ピラティス

日曜 14:05～ ①③ ボディパンプ / ②④ ボディコンバット

教室カレンダー、その他ご案内は

すこやかプラザからのお知らせ



または



からもご確認ください。