

年末年始 体操教室のご案内（主競技場/柔・剣道場 など）

曜日	会場	教室名	
月	柔・剣道場	ストレッチ & ソフリズム 腹筋同好会	12/26: 通常通り 1/2: お休み 1/9: 祝日のためお休み 1/16より通常通り
		肩こり腰痛予防体操	12/26: 通常通り 1/2: お休み 1/9: 祝日のためスタジオでの開催 1/16より通常通り
火	主競技場	ソフトエアロビクス 元気ハツラツ体操 ウォーキングエクササイズ 親子体操 小学生体操 器械体操（一般公開）	12/27: お休み 1/3: お休み 1/10より通常通り
水	アーチェリー場	リアルトレーニング	12/28: 通常通り 1/4: スタジオでの開催(時間の変更あり) 1/11より通常通り
	会議室	パワーピラティス	12/28: スタジオでの開催(時間の変更あり) 1/4: お休み(スタジオにて別教室の開催) 1/11より通常通り
	主競技場	ストレッチ & シェイプ	12/28: お休み 1/4: お休み 1/11より通常通り
	柔・剣道場	ころばん塾	12/27: 通常通り 1/4: スタジオでの開催(時間の変更あり) 1/11より通常通り
金	柔・剣道場	肩こり腰痛予防体操	12/23: 祝日のためお休み 12/30: 年末年始休館のためお休み 1/6: 時間変更あり(10:30-11:30にて開催) 1/13より通常通り