

7月度 チェリーナさがえ カルチャースクール カレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
	シャキット! 若返り体操 10:00-11:30 東海林	火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉	スウェーデンニット 10:30-12:30 佐々木	木テニス 10:30-12:00 井上	ピラティス 9:45~10:45 リフレッシュヨガ 11:00~12:00 法身	ジュニアテニススクール 9:10-10:10 吉川 土テニス 10:15-12:15 稲村 キッズサッカースクール 9:15-10:15 矢作 こども将棋教室 10:00-11:00 阿部 ソフトテニススクール 10:30-12:00 連盟
			健康増進 ベーシックヨガ 18:50-19:45 プチトレ &ストレッチ 20:00-20:55 伊藤	奥山さんと話し てみよう 19:00-21:00 奥山		
7	8	9	10	11	12	13
	シャキット! 若返り体操 10:00-11:30 佐々木	火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉	腰痛予防からだ バランス体操 9:15~10:15 最上	楽しいペン字講座 10:00-11:00 安孫子 木テニス 10:30-12:00 井上	ピラティス 9:45~10:45 リフレッシュヨガ 11:00~12:00 法身	ジュニアテニススクール 9:10-10:10 吉川 土テニス 10:15-12:15 稲村 キッズサッカースクール 9:15-10:15 矢作 こども将棋教室 10:00-11:00 阿部 ソフトテニススクール 10:30-12:00 連盟
			健康増進 ベーシックヨガ 18:50-19:45 プチトレ &ストレッチ 20:00-20:55 伊藤	楽しいペン字講座 (平日夜コース) 19:00-20:00 安孫子		
14	15	16	17	18	19	20
		火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉	スウェーデンニット 10:30-12:30 佐々木		ピラティス 9:45~10:45 リフレッシュヨガ 11:00~12:00 法身	ジュニアテニススクール 9:10-10:10 吉川 土テニス 10:15-12:15 稲村 キッズサッカースクール 9:15-10:15 矢作 こども将棋教室 10:00-11:00 阿部 ソフトテニススクール 10:30-12:00 連盟
			健康増進 ベーシックヨガ 18:50-19:45 プチトレ &ストレッチ 20:00-20:55 伊藤	奥山さんと話し てみよう 19:00-21:00 奥山		
21	22	23	24	25	26	27
	休館日	火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉	腰痛予防からだ バランス体操 9:15~10:15 最上	楽しいペン字講座 10:00-11:00 安孫子 木テニス 10:30-12:00 井上	ピラティス 9:45~10:45 リフレッシュヨガ 11:00~12:00 法身	
			健康増進 ベーシックヨガ 18:50-19:45 プチトレ &ストレッチ 20:00-20:55 伊藤	楽しいペン字講座 (平日夜コース) 19:00-20:00 安孫子		
28	29	30	31			
		9/24分振替 火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉				

※リラクゼーションヨガ、プチトレ&ストレッチは2階ギャラリーにて行います。
 ※スウェーデンニット、楽しいペン字講座、こども将棋教室は2階ミーティングルームにて行います。