

11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
		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 リラクゼーションヨガ 18:50-19:45 プチトレ & ストレッチ 20:05-21:00 伊藤	奥山さんと話してみよう 19:00-21:00 奥山	ピラティス 9:45~10:45 法身 リフレッシュヨガ 11:00~12:00	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 吉川 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 神尾 ソフトテニススクール 10:30-12:00 連盟
6	7 シャキット! 若返り体操 10:00-11:30 佐々木	8 火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉	9 背骨コンディショニング 9:15-10:15 菅 悟 リラクゼーションヨガ 18:50-19:45 プチトレ & ストレッチ 20:05-21:00 伊藤	10 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 背骨コンディショニング 13:30-14:30 菅 悟 楽しいペン字講座 (平日夜コース) 19:00-20:00 安孫子	11 ピラティス 9:45~10:45 法身 リフレッシュヨガ 11:00~12:00	12 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 吉川 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 神尾 ソフトテニススクール 10:30-12:00 連盟
13	14 シャキット! 若返り体操 10:00-11:30 東海林	15 火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉	16 スウェーデンニット 10:30-12:30 佐々木 リラクゼーションヨガ 18:50-19:45 プチトレ & ストレッチ 20:05-21:00 伊藤	17 木テニス 10:30-12:00 井上 奥山さんと話してみよう 19:00-21:00 奥山	18 ピラティス 9:45~10:45 法身 リフレッシュヨガ 11:00~12:00	19 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 吉川 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 神尾 ソフトテニススクール 10:30-12:00 連盟
20	21	22 火テニス 10:30-12:30 井上 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉	23	24 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 背骨コンディショニング 13:30-14:30 菅 悟 楽しいペン字講座 (平日夜コース) 19:00-20:00 安孫子	25 ピラティス 9:45~10:45 法身 リフレッシュヨガ 11:00~12:00	26 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 吉川 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 神尾 ソフトテニススクール 10:30-12:00 連盟
27	28	29 火テニス 10:30-12:30 井上 火テニス 9/13分振替 初心者テニス 13:00~15:00 秋葉 初心者テニス 3/21分振替	30 背骨コンディショニング 9:15-10:15 菅 悟 スウェーデンニット 10:30-12:30 佐々木 リラクゼーションヨガ 18:50-19:45 プチトレ & ストレッチ 20:05-21:00 伊藤			

※リラクゼーションヨガ、プチトレ&ストレッチ、背骨コンディショニングは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。