

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
			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
			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		
5	6	7	8	9	10	11
		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 体験会 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
			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	楽しいペン字講座 (平日夜コース) 19:00-20:00 安孫子		
12	13	14	15	16	17	18
	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
			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		
19	20	21	22	23	24	25
	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 体験会 最上	楽しいペン字講座 10:00-11:00 安孫子	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
			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	楽しいペン字講座 (平日夜コース) 19:00-20:00 安孫子		
26	27	28	29	30		
		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	楽しいペン字講座 10:00-11:00 安孫子 12/28分の振替		
			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	木テニス 10:30-12:00 井上 楽しいペン字講座 (平日夜コース) 19:00-20:00 安孫子		
			3/20分の振替	12/28分の振替		

※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。