

いつでも、だれでも、いつまでも

遊・Uクラブ会員&受講生募集中!

遊・Uクラブ 月間スケジュール

2022年 9月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
				10:00 自己整体と保健筋 体操 17:00 キッズリズム ダンス 18:30 Jr.硬式テニス	18:15 ジュニア スイミング 19:30 パンチングフィッ トネス	9:15 キッズスイミング 9:15 太極拳 (アリーナ) 10:00 ヨガサークル (イベントホール) 11:15 ボールストレッチ 19:00 ボディメイクヨーガ
4	5	6	7	8	9	10
	B&G休館日 10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	19:00 フラダンス教室	10:00 自己整体と保健筋 体操 17:00 キッズリズム ダンス 18:30 Jr.硬式テニス	18:15 ジュニア スイミング 19:30 パンチングフィッ トネス	9:15 キッズスイミング 9:15 太極拳 11:00 ボールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨーガ
11	12	13	14	15	16	17
	B&G休館日 10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日		18:30 Jr.硬式テニス	18:15 ジュニア スイミング 19:30 パンチング フィットネス (B&G)	9:15 キッズスイミング
18	19	20	21	22	23	24
	敬老の日 B&G休館日	Uホール B&G 休館日	Uホール 休館日	10:00 自己整体と保健筋 体操 17:00 キッズリズム ダンス 18:30 Jr.硬式テニス	秋分の日 18:15 ジュニア スイミング	B&G休館日 9:15 太極拳 10:00 ヨガサークル 19:00 ボディメイク ヨーガ
25	26	27	28	29	30	
	Uホール B&G 休館日	Uホール 休館日	18:00 トランポリン 19:00 フラダンス教室	10:00 自己整体と保健筋 体操	10:00 らくらく健康体 操 18:15 ジュニア スイミング	

遊・U-
DAY開催日

誰でも参加OK! 会員無料
 ここにご運動タイム13:00~17:00
 (ビーチボール・ラージボール教室13:30~15:00)
 遊・Uタイム17:00~21:00

