

いつでも、だれでも、いつまでも

遊・Uクラブ 月間スケジュール

2023年 9月



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1	2
						9:15 太極拳 11:00 ボールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨガ 19:30 はじめての K-POPダンス
3	4	5	6	7	8	9
	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	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:00 キッズリズム ダンス 18:30 Jr.硬式テニス	16:30 step by step 英会話	9:15 太極拳 10:00 ヨガサークル 11:00 ボールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨガ 19:30 パンチングフィット ネス
10	11	12	13	14	15	16
	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 フラダンスサー クル			19:30 はじめての K-POPダンス
17	18	19	20	21	22	23
	敬老の日	Uホール 休館日	Uホール 休館日	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:00 キッズリズム ダンス 18:30 Jr.硬式テニス		秋分の日
24	25	26	27	28	29	30
	Uホール 休館日	Uホール 休館日	18:00 トランポリン 19:00~ フラダンスサー クル	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:00 キッズリズム ダンス 18:30 Jr.硬式テニス	16:30 step by step 英会話	9:15 太極拳 19:00 ボディメイク ヨガ 19:30 パンチングフィット ネス

遊・U-DAY開催日

誰でも参加OK! 会員無料
 ここにこ運動タイム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



2023 遊・Uクラブ会員&受講生募集

HPはこちら

Instagram
はこちら

お問合せ・お申し込みは…遊・Uクラブ TEL64-1437 (Uホール内)

ホームページ<http://www.uu-club.org/>