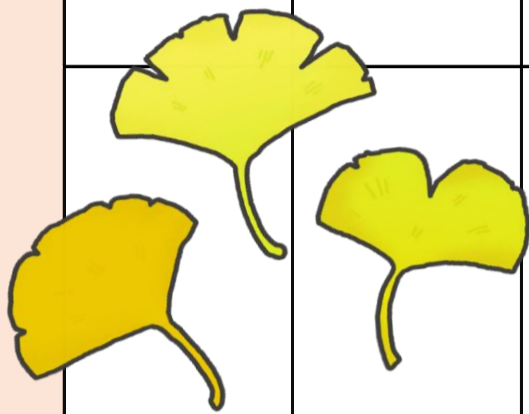
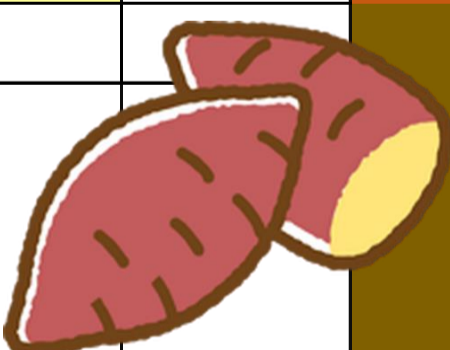


いつでも、だれでも、いつまでも

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

2023年 11月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4
			18:00 トランポリン 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	文化の日	19:30 はじめての K-POPダンス
5	6	7	8	9	10	11
	Uホール 休館日	Uホール 休館日	18:00 トランポリン	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		9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨーガ 19:30 はじめての K-POPダンス
12	13	14	15	16	17	18
	10:00 リフレッシュ ヨガ 13:30 ノルディック ウォーク 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	18:00 トランポリン 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 11:00 ポールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨーガ
19	20	21	22	23	24	25
	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	18:00 トランポリン	勤労感謝の日	Uホール 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
26	27	28	29	30		
	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	18:00 トランポリン			
遊・U-DAY 開催日		誰でも参加OK! 会員無料 にこにこ運動タイム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				

