

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

2024年 9月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
	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	①9:00 ②10:15 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	19:30 ZUMBA	9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨガ
8	9	10	11	12	13	14
	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	17:30 キッズリズム ダンス		
15	16	17	18	19	20	21
	敬老の日	Uホール 休館日	ノルディック ウォーク 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		9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ 17:00 キッズリズム ダンス 19:00 ボディメイク ヨガ
22	23	24	25	26	27	28
秋分の日	振替休日	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 18:30 Jr.硬式テニス	19:30 ZUMBA	9:15 太極拳 19:00 ボディメイク ヨガ
29	30					
	10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス					

遊・U-DAY開催日

誰でも参加OK! 会員無料
 ここにて運動タイム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



2024 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/>