TOYOTA STADIUM 健康づくり教室 Sフィット

5月 健康づくり教室 S-フィット & スタジアムイベント日程

日	月			火			水			木			金			土
	1	スタジオA	その他	2			3			4			5	スタジオA	その他	6
	10:00	らくらくエアロ	セラピーウォーキング（コンコース）	Jリーグ準備のため休館			2017 J2リーグ 名古屋グランパス VS 京都サンガFC			Jリーグ片付けのため休館			10:00	らんらんエアロ		
	11:00												11:00	ボディ＆フットセラピー	←タオルを2枚お持ちください	
	11:30	リラックスボール											12:00	姿勢改善 きれいな身体づくり		
	12:30	骨盤ヨーガ											13:00	シェイプアップエアロ		
	13:30	ハワイアンフラダンス											18:45	ZUMBA		
	18:45	パワーヨーガ											19:45	ハワイアンフラダンス		
	20:00	バレトン														
7	8			9	スタジオA	その他	10	スタジオA	その他	11	スタジオA	その他	12			13
K＆Mフリマ	10:00	らくらくエアロ	セラピーウォーキング（コンコース）	10:00	ラテンエアロ	かんたんエアロ（スタジオB）	10:00	エアロ＆筋コン		10:00	おはようヨーガ	ボディスマイル（スタジオB）	10:00	らんらんエアロ		
	11:30	リラックスボール		11:15	ゆっくりエアロ		11:15	コンディショニングヨーガ		11:15	コンビネーションエアロ		11:00	ボディ＆フットセラピー	←タオルを2枚お持ちください	
	12:30	骨盤ヨーガ		12:30	リフレッシュヨーガ		13:00	ゆっくりエアロ		12:00		アクアビクス（プール）	12:00	姿勢改善 きれいな身体づくり		
	13:30	ハワイアンフラダンス		13:45	ZUMBA		14:15	シェイプアップヨーガ		12:45	ボディケア		13:00	シェイプアップエアロ		
	18:45	パワーヨーガ		18:30	シェイプアップエアロ		18:45	骨盤調整		14:00	青竹健康体操		18:45	ZUMBA		
	20:00	バレトン		19:20	ボディメンテナンス		20:00	Hip Hop		18:15	リラックスヨーガ		19:45	ハワイアンフラダンス		
				20:00	ZUMBA					19:30	らくらくエアロ					
										20:20	アロマストレッチ					
14	15			16			17			18			19			20
あいじょう市場	10:00	らくらくエアロ	セラピーウォーキング（コンコース）	10:00	ラテンエアロ	かんたんエアロ（スタジオB）	10:00	エアロ＆筋コン		10:00	おはようヨーガ	ボディスマイル（スタジオB）	10:00	らんらんエアロ		
	11:30	リラックスボール		11:15	ゆっくりエアロ		11:15	コンディショニングヨーガ		11:15	コンビネーションエアロ		11:00	ボディ＆フットセラピー	←タオルを2枚お持ちください	
	12:30	骨盤ヨーガ		12:30	リフレッシュヨーガ		13:00	ゆっくりエアロ		12:00		アクアビクス（プール）	12:00	姿勢改善 きれいな身体づくり		
	13:30	ハワイアンフラダンス		13:45	ZUMBA		14:15	シェイプアップヨーガ		12:45	ボディケア		13:00	シェイプアップエアロ		
	18:45	パワーヨーガ		18:30	シェイプアップエアロ		18:45	骨盤調整		14:00	青竹健康体操		18:45	ZUMBA		
	20:00	バレトン		19:20	ボディメンテナンス		20:00	Hip Hop		18:15	リラックスヨーガ		19:45	ハワイアンフラダンス		
				20:00	ZUMBA					19:30	らくらくエアロ					
										20:20	アロマストレッチ					
21	22			23			24			25			26			27
	10:00	らくらくエアロ	セラピーウォーキング（コンコース）	10:00	ラテンエアロ	かんたんエアロ（スタジオB）	10:00	エアロ＆筋コン		10:00	おはようヨーガ	ボディスマイル（スタジオB）	10:00	らんらんエアロ		
	11:30	リラックスボール		11:15	ゆっくりエアロ		11:15	コンディショニングヨーガ		11:15	コンビネーションエアロ		11:00	ボディ＆フットセラピー	←タオルを2枚お持ちください	
	12:30	骨盤ヨーガ		12:30	リフレッシュヨーガ		13:00	ゆっくりエアロ		12:00		アクアビクス（プール）	12:00	姿勢改善 きれいな身体づくり		
	13:30	ハワイアンフラダンス		13:45	ZUMBA		14:15	シェイプアップヨーガ		12:45	ボディケア		13:00	シェイプアップエアロ		
	18:45	パワーヨーガ		18:30	シェイプアップエアロ		18:45	骨盤調整		14:00	青竹健康体操		18:45	ZUMBA		
	20:00	バレトン		19:20	ボディメンテナンス		20:00	Hip Hop		18:15	リラックスヨーガ		19:45	ハワイアンフラダンス		
				20:00	ZUMBA					19:30	らくらくエアロ					
										20:20	アロマストレッチ					
28	29			30			31									
橋の下国際音楽祭	10:00	らくらくエアロ	セラピーウォーキング（コンコース）	10:00	ラテンエアロ	かんたんエアロ（スタジオB）	10:00	エアロ＆筋コン								
	11:30	リラックスボール		11:15	ゆっくりエアロ		11:15	コンディショニングヨーガ								
	12:30	骨盤ヨーガ		12:30	リフレッシュヨーガ		13:00	ゆっくりエアロ								
	13:30	ハワイアンフラダンス		13:45	ZUMBA		14:15	シェイプアップヨーガ								
	18:45	パワーヨーガ		18:30	シェイプアップエアロ		18:45	骨盤調整								
	20:00	バレトン		19:20	ボディメンテナンス		20:00	Hip Hop								
				20:00	ZUMBA											

◆5月の会費引落日は4月27日（木）となっております。引落前後の口座確認をお願い致します。
◆休会・退会・会費種別の変更などは前月10日（教室が休みの場合は前営業日まで）までに申請書を提出ください。なお、休会・退会・会員種別の変更はお電話ではお受けいたしかねます。

◆教室日程・プログラムに関するお問い合わせは『豊田スタジアム 健康づくり教室S-フィット』までお願いいたします。 TEL：0565-87-5210
◆スタジアムイベントに関するお問い合わせは『豊田スタジアム 事務所』までお願いいたします。 TEL：0565-87-5200 URL：http://www.toyota-stadium.co.jp/