

11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	スタジオA その他	3(祝)	スタジオA その他	4
<p>◆11月の会費引き落とし日は10月27日(金)となっております。引落前後の口座確認をお願いいたします。 ◆休会・退会・会費種別の変更などは前日10日(教室がお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。</p>			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		
			11:15 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	アクアビクス (プール)	11:00 ボディ & フットセラピー		
			12:45 ゆっくりエアロ		12:00 ボディケア		12:00 姿勢改善 きれいな身体づくり		
			14:00 シェイプアップヨーガ		14:00 青竹健康体操		13:00 シェイプアップエアロ		
			18:45 骨盤調整		18:15 リラックスヨーガ		18:45 ZUMBA		
			20:00 HIPHOP		19:30 らくらくエアロ		19:45 ハワイアンフラダンス		
					20:20 アロマストレッチ				
5	6	7	8	9	10	11	2017 J2リーグ 準備のため休館		2017 J2リーグ 名古屋グランパス VS ジェフユナイテッド千葉
	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	チャレンジエアロ (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)	
	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	アクアビクス (プール)	
	12:30 骨盤ヨーガ		12:30 リフレッシュヨーガ		12:45 ゆっくりエアロ		12:00 ボディケア		
	13:30 ハワイアンフラダンス		13:45 ZUMBA		14:00 シェイプアップヨーガ		14:00 青竹健康体操		
	18:45 ハワ-ヨーガ		18:30 シェイプアップエアロ		18:45 骨盤調整		18:15 リラックスヨーガ		
	20:00 バレトン		19:20 ボディメンテナンス		20:00 HIPHOP		19:30 らくらくエアロ		
			20:00 ZUMBA				20:20 アロマストレッチ		
12	13	14	15	16	17	18	2017 J2リーグ 準備のため休館		
	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	チャレンジエアロ (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)	
	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	アクアビクス (プール)	
	12:30 骨盤ヨーガ		12:30 リフレッシュヨーガ		12:45 ゆっくりエアロ		12:00 ボディケア		
	13:30 ハワイアンフラダンス		13:45 ZUMBA		14:00 シェイプアップヨーガ		14:00 青竹健康体操		
	18:45 ハワ-ヨーガ		18:30 シェイプアップエアロ		18:45 骨盤調整		18:15 リラックスヨーガ		
	20:00 バレトン		19:20 ボディメンテナンス		20:00 HIPHOP		19:30 らくらくエアロ		
			20:00 ZUMBA				20:20 アロマストレッチ		
19	20	21	22	23(祝)	24	25	2017 J2リーグ 準備のため休館		
	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 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 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		
	12:30 骨盤ヨーガ		12:45 ゆっくりエアロ		12:00 ボディケア		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		14:00 シェイプアップヨーガ		14:00 青竹健康体操		13:00 シェイプアップエアロ		
	18:45 ハワ-ヨーガ		18:45 骨盤調整		18:15 リラックスヨーガ		18:45 ZUMBA		
	20:00 バレトン		20:00 HIPHOP		19:30 らくらくエアロ		19:45 ハワイアンフラダンス		
					20:20 アロマストレッチ				
26	27	28	29	30	2017 J2リーグ 準備のため休館				
	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	チャレンジエアロ (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)	
	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	アクアビクス (プール)	
	12:30 骨盤ヨーガ		12:30 リフレッシュヨーガ		12:45 ゆっくりエアロ		12:00 ボディケア		
	13:30 ハワイアンフラダンス		13:45 ZUMBA		14:00 シェイプアップヨーガ		14:00 青竹健康体操		
	18:45 ハワ-ヨーガ		18:30 シェイプアップエアロ		18:45 骨盤調整		18:15 リラックスヨーガ		
	20:00 バレトン		19:20 ボディメンテナンス		20:00 HIPHOP		19:30 らくらくエアロ		
			20:00 ZUMBA				20:20 アロマストレッチ		

◆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。

◆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:0565-87-5210

TEL:0565-87-5200 URL: <http://www.toyota-stadium.co.jp/>