

曜日	スタジオ	プール
火曜日	10:00-11:00 健康増進 三宅	10:00-11:00 ヨガ 森川
	11:00-12:00 ヨガ 森川	11:00-12:00 楽しくエアロ 石津
水曜日	10:00-11:00 ヨガ 森川	10:00-11:00 楽しくエアロ 石津
	11:00-12:00 ヨガ 森川	11:00-12:00 楽しくエアロ 石津
木曜日	10:00-11:00 ヨガ 森川	10:00-11:00 楽しくエアロ 石津
	11:00-12:00 ヨガ 森川	11:00-12:00 楽しくエアロ 石津
金曜日	10:00-11:00 ヨガ 森川	10:00-11:00 楽しくエアロ 石津
	11:00-12:00 ヨガ 森川	11:00-12:00 楽しくエアロ 石津
土曜日	10:00-11:00 24式太極拳 金子	10:00-11:00 ヨガ 野志谷
	11:00-12:00 24式太極拳 金子	11:00-12:00 ヨガ 野志谷
日曜日	10:00-11:00 お楽しみレッスン	10:00-11:00 お楽しみレッスン
	11:00-12:00 お楽しみレッスン	11:00-12:00 お楽しみレッスン

Japan Club 三木店
 ジャパンクラブ
 住所: 木田郡三木町中109-1
 TEL: (087)898-7555



QRコードでホームページが見れます!!

日曜日レッスン担当		
8月	スタジオ	プール
7日	ミュージックエアロ (佐藤)	基本4泳法 (藤澤)
14日	休館	
21日	ミュージックエアロ (佐藤)	泳ぎのコツ (岡本)
28日	リングで身体の調整 (山下)	基本4泳法 (河原)
9月	スタジオ	プール
4日	ミュージックエアロ (佐藤)	基本4泳法 (松村)
11日	リングで身体の調整 (山下)	基本4泳法 (藤澤)
18日	ミュージックエアロ (佐藤)	泳ぎのコツ (河原)
25日	リングで身体の調整 (山下)	基本4泳法 (岡本)

フリーコース 譲り合ってください。※時間によりコースに制限があります。ご利用時間の厳守をお願い致します。
 ※ レッスン内容・担当は変更する場合がございます。また政府・自治体等の要請によりスケジュール内容を変更させて頂く場合がございますのでご了承下さい。

① 第1トレーニングルーム ② 第2トレーニングルーム