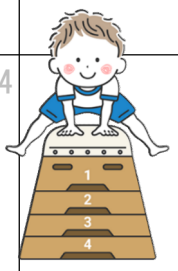
11月度TTCアリーナ運動教室スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3	4 生活筋力向上 コアトレーニング (14:00～15:00) 卓球教室 (19:00～21:00)	5 QOLを高めるための シニアヨガ (10:30～11:30)	6	7
8	9 休館日	10 ☆キッズスポーツ 幼児クラス (16:30～17:15) ☆キッズスポーツ 小学生クラス (17:30～18:30)	11 生活筋力向上 コアトレーニング (14:00～15:00) 卓球教室 (19:00～21:00)	12 QOLを高めるための シニアヨガ (10:30～11:30) ☆ミニバスケット教室 (18:00～19:30)	13	14
15	16 休館日	17 ☆キッズスポーツ 幼児クラス (16:30～17:15) ☆キッズスポーツ 小学生クラス (17:30～18:30)	18 生活筋力向上 コアトレーニング (14:00～15:00) 卓球教室 (19:00～21:00)	19 QOLを高めるための シニアヨガ (10:30～11:30)	20 	21
22	23	24 休館日	25 生活筋力向上 コアトレーニング (14:00～15:00) 卓球教室 (19:00～21:00)	26 ☆ミニバスケット教室 (18:00～19:30)	27 	28 
29	30 休館日	1	2	3	4	5
6	7	8 	9	10	11	12

【営業時間】
8:30～21:30(火～土曜日) 8:30～17:00(日曜日)
【休館日】
月曜日(祝日の場合は翌平日)、 年末年始

教室内容・受講料金等のお問い合わせは、
アリーナ事務所まで
TEL:0847-41-8500