

6月度TTCアリーナ運動教室スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
	休館日			健康ヨガ教室 (10:30~11:30) 認知症予防教室 (13:15~14:15) フレイル予防教室 (14:30~15:30)	健康ヨガ教室 (14:00~15:00)	
4	5	6	7	8	9	10
	休館日	★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)	生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) 卓球教室 (19:00~21:00)	健康ヨガ教室 (10:30~11:30) 認知症予防教室 (13:15~14:15) フレイル予防教室 (14:30~15:30) ★ミニバスケット教室 (18:00~19:30)	健康ヨガ教室 (14:00~15:00)	
11	12	13	14	15	16	17
	休館日	★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)	生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) 卓球教室 (19:00~21:00)	健康ヨガ教室 (10:30~11:30) 認知症予防教室 (13:15~14:15) フレイル予防教室 (14:30~15:30)	健康ヨガ教室 (14:00~15:00)	
18	19	20	21	22	23	24
	休館日		生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) 卓球教室 (19:00~21:00)	認知症予防教室 (13:15~14:15) フレイル予防教室 (14:30~15:30) ★ミニバスケット教室 (18:00~19:30)		
25	26	27	28	29	30	1
	休館日		生活筋力向上 コアトレーニング (14:00~14:45) 卓球教室 (19:00~21:00)			
2	3	4	5	6	7	8
	休館日					

【営業時間】
8:30~21:30(火~土曜日)、 8:30~17:00(日曜)
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