

気がるにフィットネス♪ カレンダー (予約不要・当日受付でOK)

2025年 2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 休館日	4 15:15~16:15 かんたんエアロビクス(松浦)	5 15:15~16:15 ゆるやかエアロビクス(多々良) 19:15~20:15 からだスッキリ♪エアロビクス(松浦)	6 15:15~16:15 太極舞フィットネス(鈴木)	7 14:00~15:00 ゆるやかエアロビクス(小林) 14:00~15:00 ※先着35名 ゆったりマットピラティス(堺)	8
9	10 休館日	11 フィットネス お休み	12 15:15~16:15 ゆるやかエアロビクス(多々良)	13 15:15~16:15 太極舞フィットネス(鈴木)	14 14:00~15:00 ゆるやかエアロビクス(小林) 14:00~15:00 ※先着35名 ゆったりマットピラティス(堺)	15
16	17 休館日	18 15:15~16:15 かんたんエアロビクス(松浦)	19 15:15~16:15 ゆるやかエアロビクス(多々良) 19:15~20:15 からだスッキリ♪エアロビクス(松浦)	20 15:15~16:15 太極舞フィットネス(鈴木)	21 14:00~15:00 ゆるやかエアロビクス(小林) 14:00~15:00 ※先着35名 ゆったりマットピラティス(堺)	22
23	24 休館日	25 15:15~16:15 かんたんエアロビクス(松浦)	26 15:15~16:15 ゆるやかエアロビクス(多々良)	27 15:15~16:15 太極舞フィットネス(鈴木)	28 14:00~15:00 かんたんエアロビクス(松浦) 代行 14:00~15:00 ※先着35名 ゆったりマットピラティス(堺)	

【 受講料 】 ¥300又はトレーニング室回数券3枚 (当日払い)

【 対象 】 勤労者又は18歳以上(小学4年生から高校生までは保護者と同時に受講の場合は可)

【 持ち物 】 ヨガマット、室内シューズ、水分、運動のできる服装

【 気がるにフィットネス♪ ご受講の方へ 】

- ◆レッスン終了後トレーニングルームがご利用できます。(※レッスン前のご利用できません。ご了承下さい。)
- ◆予告なく日程変更・講師の変更をする場合がございます。
- ◆駐車場は台数に限りがあるため、満車になる場合がございます。ご了承下さい。



気がるにフィットネス♪
カレンダー

藤枝市勤労者福祉センター

サンライフ藤枝

TEL054-644-3012

〒426-0033 静岡県藤枝市小石川町4丁目1-11

<https://sunlife-fujieda.com>

指定管理者 太平ビルサービスグループ