

令和2年10月トレーニングセンターレッスン 空き状況(9月22日9時現在)

日付	曜日	①13:30~14:30	②15:30~16:30	開催場所
10月1日	木	YOGA(マット) 担当:木村	マットde体操 担当:鈴木(智)	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:12・メール枠:6	電話枠:2・メール枠:満員	
10月2日	金	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:渡邊	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:6・メール枠:7	
10月3日	土	ハワイアンエクササイズ 担当:大浦	マットエクササイズ 担当:増田	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:4・メール枠:4	電話枠:11・メール枠:8	
10月4日	日	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	かんたんフィットネス(マット) 担当:菊池	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:満員・メール枠:6	電話枠:13・メール枠:9	
10月5日	月	休館日		
10月6日	火	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	YOGA(マット) 担当:木村	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:3・メール枠:満員	
10月7日	水	ポップスボディメイク(マット) 担当:菊池	筋トレ&ストレッチ(イス) 担当:押田	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:7・メール枠:満員	電話枠:10・メール枠:8	
10月8日	木	中止		
10月9日	金	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:渡邊	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:4・メール枠:4	
10月10日	土	ハワイアンエクササイズ 担当:大浦	マットエクササイズ 担当:増田	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:4・メール枠:6	電話枠:12・メール枠:13	
10月11日	日	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	かんたんフィットネス(マット) 担当:菊池	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:2・メール枠:7	電話枠:13・メール枠:4	
10月12日	月	休館日		
10月13日	火	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	YOGA(マット) 担当:木村	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠・メール枠:満員	
10月14日	水	ポップスボディメイク(マット) 担当:菊池	筋トレ&ストレッチ(イス) 担当:押田	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:4・メール枠:満員	電話枠:5・メール枠:7	
10月15日	木	中止		
10月16日	金	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:渡邊	7階介護実習室
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠・メール枠:満員	
10月17日	土	ハワイアンエクササイズ 担当:大浦	マットエクササイズ 担当:増田	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:3・メール枠:1	電話枠:12・メール枠:12	
10月18日	日	中止		
10月19日	月	休館日		
10月20日	火	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	YOGA(マット) 担当:木村	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:4・メール枠:満員	

10月21日	水	ポップスボディメイク(マット) 担当:菊池	筋トレ&ストレッチ(イス) 担当:押田	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:10・メール枠:8	電話枠:10・メール枠:11	
10月22日	木	マットエクササイズ 担当:増田	マットde体操 担当:鈴木(智)	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:11・メール枠:9	電話枠・メール枠:満員	
10月23日	金	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:渡邊	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:8・メール枠:9	
10月24日	土	ハワイアンエクササイズ 担当:大浦	マットエクササイズ 担当:増田	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠:7・メール枠:8	電話枠:11・メール枠:12	
10月25日	日	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	かんたんフィットネス(マット) 担当:菊池	7階介護実習室
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:4・メール枠:満員	
10月26日	月	休館日		
10月27日	火	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	YOGA(マット) 担当:木村	7階介護実習室
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠・メール枠:満員	
10月28日	水	ポップスボディメイク(マット) 担当:菊池	筋トレ&ストレッチ(イス) 担当:押田	7階研修室
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:1・メール枠:2	
10月29日	木	YOGA(マット) 担当:木村	マットde体操 担当:鈴木(智)	7階研修室
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠・メール枠:満員	
10月30日	金	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:渡邊	2階ふれあいホール
空き状況		電話枠・メール枠:満員	電話枠:3・メール枠:6	
10月31日	土	ハワイアンエクササイズ 担当:大浦	マットエクササイズ 担当:増田	7階研修室
空き状況		電話枠:満員・メール枠:1	電話枠:1・メール枠:1	

こちらの空き状況は、9月22日（火）9時の空き状況になります。
新たに満員になっている時間帯もありますのでご了承ください。