

令和3年8月特別レッスン予約状況(空席数)7月21日(水)8:30現在の状況

日付	曜日	①13:30~14:30	②15:30~16:30	開催場所
8月1日	日			
8月2日	月	休館日		
8月3日	火	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	姿勢改善ストレッチ(イス) 担当:渡邊	2階ふれあいホール
予約状況		満員	11名	
8月4日	水			
8月5日	木			
8月6日	金		マットde体操 担当:鈴木(智)	2階ふれあいホール
予約状況			2名	
8月7日	土			
8月8日	日			
8月9日	月			
8月10日	火	休館日		
8月11日	水			
8月12日	木	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	マットde体操 担当:鈴木(智)	2階ふれあいホール
予約状況		2名	2名	
8月13日	金			
8月14日	土			
8月15日	日			
8月16日	月	休館日		
8月17日	火	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	筋トレ下半身強化(イス) 担当:渡邊	2階ふれあいホール
予約状況		6名	16名	
8月18日	水			
8月19日	木	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	マットde体操 担当:鈴木(智)	2階ふれあいホール
予約状況		3名	12名	
8月20日	金		ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	2階ふれあいホール
予約状況			13名	
8月21日	土			
8月22日	日			
8月23日	月	休館日		
8月24日	火			
8月25日	水			
8月26日	木	リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	マットde体操 担当:鈴木(智)	2階ふれあいホール
予約状況		16名	17名	
8月27日	金		リズム体操&ストレッチ(イス) 担当:鈴木(香)	2階ふれあいホール
予約状況			20名	
8月28日	土			
8月29日	日			
8月30日	月	休館日		
8月31日	火	ストレッチ&筋トレ(イス) 担当:櫻庭	胸郭のストレッチ(イス) 担当:渡邊	2階ふれあいホール
予約状況		14名	23名	

*特別レッスン参加日の朝は、必ず検温してからお越しください。なるべく毎日測定して、平熱を確認しましょう。