

# 10月～12月 モーニングストレッチ

■ が教室実施日です。斜線部は施設休館日です。

※都合により教室を中止する場合がございます。予めご了承ください。

## 10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## 11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## 12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

**時間: 10:15～10:45**

**場所: 2Fスタジオルーム**

**料金: 無料**

**定員: 30名 (運動できる服装でご参加ください)**

※スカート、ジーパン等をご遠慮下さい。

**申込: 当日9:35より受付前にて**

**整理券を配布いたします。**

**<お問い合わせ>**

**エコハウス138**

**指定管理者**

**TEL:0586-47-7138**