



# 2021年 7月スタジオレッスンのご案内

新型コロナ感染拡大予防のため、利用制限、休講になることがあります  
 アイルホームページ、またはお電話にてお問い合わせください  
 ○…開催 ▲…母子保健室 ★…多目的室 ×…中止

日	月	火	水	木	金	土
7月～新レッスンはスタートです!! <b>《NEW》</b> ←45分間の サービスレッスンです トレーニングジムにて当日予約受付です ジムの有効時間 1回2時間の中で参加できます		 月曜日のさわやかピラティスは 終了いたしました  金曜日のザ・サーキットは 月曜日にサービスレッスンとして スタートします!!	1 1日(木)～6日(火) 午前中まで 総合健診のため レッスン中止です	2 レッスン中止	3 レッスン中止	
4 レッスン中止 ※総合健診	5 レッスン中止	6 (↓ヨガ中止) 11:15～12:15 × 14:30～15:30 ○ 19:15～20:15 ○	7 <b>《NEW》</b> 11:15～12:00 ○ (↑スマイルエアロ45分) ジムにて受付です	8 毎週木曜日 ヨガ&ピラティスは 会員制にて 開催しております	9 11:15～12:15 ○ 19:15～20:15 ★ (↑夜ヨガ開催)	10 10:30～11:30 ○ 14:00～15:00 ○ 15:30～16:30 ○
11 11:00～12:00 ○	12 休館日	13 休館日	14 <b>《NEW》</b> 11:15～12:00 ○ (↑スマイルエアロ45分) ジムにて受付です	15 	16 11:15～12:15 ○ 19:15～20:15 ★ (↑夜ヨガ開催)	17 10:30～11:30 ○ 14:00～15:00 ○ 15:30～16:30 ○
18 11:00～12:00 ○	19 <b>《NEW》</b> 11:15～12:00 ○ (↑ザ・サーキット45分) ジムにて受付です	20 11:15～12:15 ○ 14:30～15:30 ○ 19:15～20:15 ○	21 <b>《NEW》</b> 11:15～12:00 ○ (↑スマイルエアロ45分) ジムにて受付です	22 海の日 祝日のため レッスン中止	23 スポーツの日 祝日のため レッスン中止	24 (↓太極拳中止) 10:30～11:30 × 14:00～15:00 ○ 15:30～16:30 ○
25 11:00～12:00 ○	26 <b>《NEW》</b> 11:15～12:00 ○ (↑ザ・サーキット45分) ジムにて受付です	27 11:15～12:15 ○ 14:30～15:30 ○ 19:15～20:15 ○	28 <b>《NEW》</b> 11:15～12:00 ○ (↑スマイルエアロ45分) ジムにて受付です	29 マスク着用で ご来館ください	30 11:15～12:15 ★ (ピラティス会場:多目的室)	31 10:30～11:30 ○ 14:00～15:00 ○ 15:30～16:30 ○

有料レッスンは券売機にてスタジオレッスンの利用券(520円)を購入してご参加ください  
 温泉・プールの回数券でも参加可能です ※スタジオレッスンは高校生以上から参加できます  
 ※感染予防のためヨガマットの貸し出しはありません ご持参のご協力をお願いします



※レッスンは当日予約制  
 小城市牛津保健福祉センター「アイル」  
 (TEL)0952-51-5515

