




# 2022年6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	
アイルおすすめレッスン♪ <b>さわやかピラティス</b> ※有料レッスン <b>毎週月曜日 11:15~12:15 (予約制)</b> しっかり呼吸ができるような姿勢づくりと マットを使った運動を行います			 ※必ずヨガマットの ご持参をお願いいたします	<b>1</b> 11:15~12:00 ○	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
<b>5</b> 11:00~12:00 × (↑やさしいヨガ中止)	<b>6</b> 11:15~12:15 ○	<b>7</b> 11:15~12:15 ○	<b>8</b> 11:15~12:00 ○	<b>9</b>	<b>10</b> 自宅で検温して 発熱、風邪症状が ないか確認!!	<b>11</b> (↓太極拳中止) 10:30~11:30 × 14:00~15:00 × 15:30~16:30 × (ヨガ・ZUMBA中止)	
<b>12</b> 11:00~12:00 ○	<b>13</b> 休館日	<b>14</b> 休館日	<b>15</b> 11:15~12:00 ○	<b>16</b> マスク着用で ご来館ください	<b>17</b> 	<b>18</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○	
<b>19</b> 11:00~12:00 × (↑やさしいヨガ中止)	<b>20</b> 11:15~12:15 ○	<b>21</b> 11:15~12:15 ○	<b>22</b> 11:15~12:00 ○	<b>23</b> 	<b>24</b>	<b>25</b> 10:30~11:30 ★ (↑太極拳:多目的室) 14:00~15:00 × 15:30~16:30 × (ヨガ・ZUMBA中止)	
<b>26</b> 11:00~12:00 ★ (↑会場:多目的室)	<b>27</b> 11:15~12:15 ★ (↑会場:多目的室)	<b>28</b> 11:15~12:15 ★ (↑会場:多目的室)	<b>29</b> 11:15~12:00 × (↑スマイルエアロ中止)	<b>30</b> 	※有料レッスンは、予約制です 当日の朝10時より受付開始いたします ☎0952-51-5515 ←で囲んだレッスンはサービスレッスンです トレーニング室にて当日予約受付です(定員15名)		

券売機で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

問合せ先  
 小城市牛津保健福祉センター「アイル」  
 0952-51-5515

