



# 2022年 3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		
※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)		<b>1</b> (↓リラックスヨガ中止) 11:15~12:15 × 14:30~15:30 ○ 19:15~20:15 × (↑太極舞 中止)	<b>2</b> 11:15~12:00 ○	<b>3</b> マスク着用で ご来館ください	<b>4</b> 11:15~12:15 ○	<b>5</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○		
		<b>6</b> 11:00~12:00 ○	<b>7</b>	<b>8</b> 11:15~12:15 ○ 14:30~15:30 ○ 19:15~20:15 × (↑太極舞 中止)	<b>9</b> 11:15~12:00 ○	<b>10</b> 	<b>11</b> 11:15~12:15 ○	<b>12</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
		<b>13</b> 11:00~12:00 ○	<b>14</b> 休館日	<b>15</b> 休館日	<b>16</b> 11:15~12:00 ○	<b>17</b>	<b>18</b> 11:15~12:15 ○	<b>19</b> (↓太極拳中止) 10:30~11:30 × 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
		<b>20</b> 11:00~12:00 × (↑やさしいヨガ中止)	<b>21</b> 春分の日 祝日のため レッスン中止	<b>22</b> 11:15~12:15 ○ 14:30~15:30 ○ 19:15~20:15 ○ (↑ヨガ)	<b>23</b> 11:15~12:00 ○	<b>24</b> 自宅で検温して 発熱、風邪症状が ないか確認!!	<b>25</b> 11:15~12:15 ○	<b>26</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
<b>27</b> 11:00~12:00 ○	<b>28</b>	<b>29</b> 11:15~12:15 ○ 14:30~15:30 ○ 19:15~20:15 ○ (↑ヨガ)	<b>30</b> 11:15~12:00 ○	<b>31</b> 	☆★3月火曜日、夜のレッスンのメニューは。。。 <b>8日は「太極舞」 22日と29日は「ヨガ」</b> ※マット・シューズ不要 ※ヨガマットをご持参ください <b>毎週火曜日19:15~20:15 (60分)</b> ※内容は変わることがあります			

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



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