



# 2025年 2月スタジオレッスンのご案内

講師都合により、変更または代行・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
<b>運動不足解消におすすめのレッスン!</b> <b>ステップ!ステップ!</b> 毎週火曜日 19:15~20:15 先着15名 		<b>スタジオレッスンの予約方法について</b> <b>≪ 有料レッスン ≫</b> 直接お越しいただき スタジオ入口前の受付にて ご予約をお願いいたします <ul style="list-style-type: none"> <li>● ◻ ←毎週水曜日</li> <li>● サービスレッスンです</li> <li>● トレーニング室にて</li> <li>● 当日受付です</li> </ul>		<b>運動初心者の方おすすめのレッスン!</b> タイチ <b>ゆる太極</b> 毎週土曜日 10:30~11:30 		<b>1</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
<b>2</b> 11:00~12:00 ○	<b>3</b> 11:15~12:15 ○	<b>4</b> 11:15~12:15 ○ 19:15~20:15 ○	<b>5</b> 11:15~12:00 ○	<b>6</b> 	<b>7</b> 14:00~15:00 ○	<b>8</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
<b>9</b> 11:00~12:00 ○	<b>10</b> 11:15~12:15 ○	<b>11 憲法記念の日</b> 祝日のため レッスン中止	<b>12</b> 休館日	<b>13</b> 休館日	<b>14</b> 14:00~15:00 ○	<b>15</b> 10:30~11:30 ○ 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
<b>16</b> 11:00~12:00 ○	<b>17</b> 11:15~12:15 ○	<b>18</b> 11:15~12:15 ○ 19:15~20:15 ○	<b>19</b> 11:15~12:00 ○	<b>20</b> 	<b>21</b> 14:00~15:00 ○	<b>22</b> 10:30~11:30 × (↑ゆる太極中止) 14:00~15:00 ○ 15:30~16:30 ○
<b>23 天皇誕生日</b> 祝日のためレッスン中止 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">             ※身体のゆがみ              測定会 開催!           </div>	<b>24 振替休日</b> 祝日のため レッスン中止	<b>25</b> 11:15~12:15 ○ 19:15~20:15 ○	<b>26</b> 11:15~12:00 ○	<b>27</b> 	<b>28</b> 14:00~15:00 ○	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 券売機でスタジオレッスンの利用券(800円)を購入してご参加ください ※高校生以上から参加できます</li> <li>• 温泉・プールの回数券でも参加可能です(券売機にて280円の追加券をご購入ください)</li> <li>※回数券と追加券の併用はR7.3.31までです ※ヨガマットの貸し出しはありません 各自ご持参ください</li> </ul>					問合せ先 <b>小城市健康スポーツセンター「アイル」</b> 0952-51-5515	