

2025年2月

< フィットネス > 日程表

たのたい

<開催場所>		武道館				武道館	
(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	
							1
2	3	4	5	6	7	8	
	休館日	10:00~11:15※有料 【たのしい健康教室】 トレーナー:竹内成 ※厚生労働大臣認定 健康運動指導士					
9	10	11	12	13	14	15	
	休館日				10:00~11:15※有料 【健康体操 KAZEprep】 トレーナー:森大士 ※厚生労働大臣認定 健康運動実践指導者		
16	17	18	19	20	21	22	
	休館日	10:00~11:15※有料 【たのしい健康教室】 トレーナー:竹内成 ※厚生労働大臣認定 健康運動指導士					
23	24	25	26	27	28		
		休館日			10:00~11:15※有料 【健康体操 KAZEprep】 トレーナー:森大士 ※厚生労働大臣認定 健康運動実践指導者		