

# 2024年2月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
			1 朝ヨガ 10:30~11:30 マリ	2 カラダにやさしいヨガ 【温活】 13:20~14:20/あゆみ 夜ヨガ 19:00~20:00 ヒトミ	3	4
			<b>お休み</b>			
5 <b>休館日</b>	6 リラックスヨガ 13:30~14:30 サトミ	7 フィットネス (ストレッチ) 10:30~11:30 ユミ ダイナミックストレッチ 19:15~20:00 MIYUKI (福住)	8 朝ヨガ 10:30~11:30 マリ	9 カラダにやさしいヨガ 【温活】 13:20~14:20/レイコ 夜ヨガ 19:00~20:00 ヒトミ	10	11
			<b>お休み</b>			
12 月曜の朝ヨガ 10:30~11:30 マリ	13 リラックスヨガ 13:30~14:30 サトミ	14 フィットネス (リズム体操) 10:30~11:30 ユミ ダイナミックストレッチ 19:15~20:00 MIYUKI (福住)	15 朝ヨガ 10:30~11:30 マリ はじめてのピラティス 19:00~20:00 サナエ	16 カラダにやさしいヨガ 【温活】 13:20~14:20/あゆみ 夜ヨガ 19:00~20:00 ヒトミ	17	18
19 <b>休館日</b>	20 リラックスヨガ 13:30~14:30 ヒトミ	21 フィットネス (楽筋トレ) 10:30~11:30 ユミ ダイナミックストレッチ 19:15~20:00 MIYUKI (福住)	22 朝ヨガ 10:30~11:30 マリ はじめてのピラティス 19:00~20:00 サナエ	23 カラダにやさしいヨガ 【温活】 13:20~14:20/レイコ 夜ヨガ 19:00~20:00 ヒトミ	24	25
26 月曜の朝ヨガ 10:30~11:30 マリ	27 リラックスヨガ 13:30~14:30 サトミ	28 フィットネス (ストレッチ) 10:30~11:30 ユミ ダイナミックストレッチ 19:15~20:00 MIYUKI (福住)	29 朝ヨガ 10:30~11:30 マリ はじめてのピラティス 19:00~20:00 サナエ	⇒ 会場は福住屋内運動広場 (福住町1丁目21番24号)		
				※講師が予告なく変更になる場合があります ※各自で健康診断を受け、健康状態を確認した上でご参加ください ※レッスン中の事故については、主催者側で責任を負いません		

## R6年度 えにわ総合型スポーツクラブ会員募集について

令和6年度「えにわ総合型スポーツクラブ」会員募集は、  
**2024年3月**より受付開始となります。入会、お待ちしております！また、4月より**会員証はICカードタイプへ変更**となります。詳細につきましては、別途お知らせいたします。

【入会金】1,000円 \* 継続会員の方は不要  
【年会費】65歳未満 5,000円、65歳以上 3,000円、  
市外 10,000円



## 指導サービス事業有料化について

昨年5月に実施いたしましたアンケート結果を踏まえ、4月1日より指導サービス事業を受ける場合、個人利用料金（定期券、回数券含む）に加え、**市内100円、市外200円**とさせていただきます。

なお、「えにわ総合型スポーツクラブ」会員の方は、今まで通り**年会費のみ**で指導サービスを何回も受けることができます。