

月	火	水	木	金	土
チャレンジ 15:30~ 16:30	ヨガ 11:00~ 12:00	プチ☆ 14:30~ 15:20	チャレンジ 16:10~ 17:10	ストレッチボール 10:00 11:00	マット 8:40~ 10:10
プチ☆ 16:00~ 16:50	プチ☆ 15:00~ 15:50	チャレンジ 16:30~ 17:30	ダンス 17:15~ 18:15	プチ☆ 15:00~ 15:50	プチ 10:15~ 11:05
チャレンジ 17:05~ 18:05	チャレンジ 16:00~ 17:00	マット 17:40~ 19:10	プチ 17:00~ 17:50	チャレンジ 16:30~ 17:30	チャレンジ 11:05~ 12:05
マット 18:10~ 19:40	プチ 17:10~ 18:00		チャレンジ 17:55~ 18:55	チャレンジ 17:35~ 18:35	プチ 12:10~ 13:00
	チャレンジ 18:10~ 19:10		マット上級 19:00~ 20:30	マット 18:40~ 20:10	チャレンジ 13:00~ 14:00
	ダンス 18:00~ 19:00		キックボクシング 19:00~ 20:30		プチ 14:05~ 14:55
	ダンス 19:10~ 20:10				チャレンジ 15:00~ 16:00
	硬筆(1時間) 16:45~ 19:00 最終18:00スタート				マット 16:05~ 17:35
					チャレンジ 17:40~ 18:40

まんのう教室  
2021年度時間割



体験料 ¥1,100



体育  
教室

アイアイくらぶ

お問い合わせはこちら→

まんのう町西高篠237-1

☎0877-75-1225