

# エアロビクス マンスリースケジュール

## 2026年 5月

	教室名	場所	時間	月	火	水	木	金	土
1	エアロビクス 教室	総合体育館	10:30 ~11:30	11・18・25	→25日は剣道場 11.18日はホール1.2				
2	エアロビクス (ドナルド) 教室	総合体育館	10:00 ~11:00					8・15・22	→剣道場

**運動不足解消・ダイエット・気分転換・健康維持に！！**

**お友達を誘って一緒に素敵な汗を流しませんか**

☆教室開催予定日は、会場の都合により変更になることがあります。ご確認は、ホームページ(<http://konosu-breath.jp/>)でお願いします。

**フレス事務局**  
**電話048-542-4776**  
**開設時間10:00~15:00 (火~金曜)**

