

2024年度 エクササイズ講座年間実施計画スケジュール表

《4月～3月》

| 日程 | 曜日 | 時間 | (受付時間) | 講座名 | 会場 | 担当講師 | |
|------------------|------------------------|----|-------------|--------|-----------|-------------|----|
| 4月 | 10 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 正田醤油スタジアム群馬 | 富岡 |
| | 19 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |
| 5月 | 8 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 正田醤油スタジアム群馬 | 富岡 |
| | 24 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |
| 6月 | 12 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 管理事務所内会議室 | 富岡 |
| | 21 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |
| 7月 | 10 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 管理事務所内会議室 | 富岡 |
| | ※7月の「ボディシェイプ講座」はお休みです | | | | | | |
| 8月 | 7 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 正田醤油スタジアム群馬 | 富岡 |
| | 30 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |
| 9月 | ※9月の「心と身体スッキリ塾」はお休みです | | | | | | |
| | 13 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |
| 10月 | 2 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 正田醤油スタジアム群馬 | 富岡 |
| | 18 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |
| 11月 | 13 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 正田醤油スタジアム群馬 | 富岡 |
| | 15 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |
| 12月 | 11 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 正田醤油スタジアム群馬 | 富岡 |
| | ※12月の「ボディシェイプ講座」はお休みです | | | | | | |
| ※1～2月は両教室ともお休みです | | | | | | | |
| 3月 | 12 | 水 | 10:30～12:00 | 10:00～ | 心と身体スッキリ塾 | 正田醤油スタジアム群馬 | 富岡 |
| | 調整中 | 金 | 19:30～21:00 | 19:00～ | ボディシェイプ講座 | 正田醤油スタジアム群馬 | 塚田 |

※日程や会場が変更になる場合もございます。その際はホームページ「お知らせ」欄でご案内いたします。