



日	曜日	プログラム名	集合場所	集合時刻	終了時刻	参加費
1	日	お休みです				
2	月					
3	火					
4	水					
5	木					
6	金					
7	土	ウォーキング教室	ウェルネスコンプレックス レテ玄関	8:00	9:00	300円(1回)
8	日					
9	月	はじめてテニス教室	馬込テニスクラブ貸しコート	8:00	9:00	1,000円(1回)
10	火	健康体操教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	14:30	16:00	1,000円(1回)
11	水					
12	木					
13	金					
14	土	ウォーキング教室	ウェルネスコンプレックス レテ玄関	8:00	9:00	300円(1回)
15	日	トレッキング教室	ウェルネスコンプレックス レテ玄関	8:00	15:00	1,500円(1回)
16	月	はじめてテニス教室	馬込テニスクラブ貸しコート	8:00	9:00	1,000円(1回)
17	火	健康体操教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	14:30	16:00	1,000円(1回)
18	水					
19	木					
20	金					
21	土	ウォーキング教室	ウェルネスコンプレックス レテ玄関	8:00	9:00	300円(1回)
22	日					
23	月	はじめてテニス教室	馬込テニスクラブ貸しコート	8:00	9:00	1,000円(1回)
24	火	健康体操教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	14:30	16:00	1,000円(1回)
25	水					
26	木					
27	金					
28	土	ウォーキング教室	ウェルネスコンプレックス レテ玄関	8:00	9:00	300円(1回)
29	日					
30	月	はじめてテニス教室	馬込テニスクラブ貸しコート	8:00	9:00	1,000円(1回)
31	火	健康体操教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	14:30	16:00	1,000円(1回)

※はじめてテニス教室、健康体操教室は、登録制です。事前に登録された方のみご参加になれます。

初回ご参加までに、2ヶ月分の参加料をお支払ください。期の途中からの参加の方は、残りの回数分の支払となります

はじめてテニス教室は、雨天の場合、室内で「てのひらけつと」を使用したレッスンとなります。

※ウォーキング教室は、予約は要りません。雨天決行ですが、雨天の場合は合羽をご用意下さい。

荒天の場合は、室内でのストレッチとなります。

お問い合わせ・予約・申込

※電話は繋がりにくいため、お問合せ・申込は、Eメール、葉書かファックスでお願いいたします。

Eメール ohta@lete.jp; ファックス 03-3776-3367 (電話兼用) ※電話番号、名前を明記してください

住所 〒143-0026 大田区西馬込2-34-1

ホームページ <http://www.mmjp.or.jp/ohta-wellness/> ブログ <http://ameblo.jp/ohtawellness>