



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	金					
2	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)
3	日					
4	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)
5	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)
6	水					
7	木					
8	金					
9	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)
10	日					
11	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)
12	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)
13	水					
14	木					
15	金					
16	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)
17	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	18:00	500円(1回)
18	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)
19	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)
20	水					
21	木					
22	金					
23	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)
24	日					
25	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)
26	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)
27	水					
28	木					
29	金					
30	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)
31	日					

※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。

### 〃〃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>