



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	水						
2	木						
3	金						
4	土	健康体操教室(筋トレ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	19:00	20:00	1,000円(1回)	
5	日						
6	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)	
7	火	健康体操教室(ヨガ) 健康体操教室(筋トレ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	13:00 14:30	14:00 16:00	1,000円(1回) 1,000円(1回)	
8	水						
9	木						
10	金						
11	土						
12	日	お休み					
13	月						
14	火						
15	水						
16	木						
17	金						
18	土	健康体操教室(筋トレ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	19:00	20:00	1,000円(1回)	
19	日						
20	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)	
21	火	健康体操教室(ヨガ) 健康体操教室(筋トレ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	13:00 14:30	14:00 16:00	1,000円(1回) 1,000円(1回)	
22	水						
23	木						
24	金						
25	土						
26	日						
27	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)	
28	火	健康体操教室(ヨガ) 健康体操教室(筋トレ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	13:00 14:30	14:00 16:00	1,000円(1回) 1,000円(1回)	
29	水						
30	木						
31	金						

※はじめてテニス教室、健康体操教室(ヨガ・筋トレ)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。
 はじめてテニス教室は、雨天の場合、室内で「てのひらけっと」を使用したレッスンとなります。
 ※トレッキング教室はお休みです

♪♪ 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>