



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	木					
2	金					
3	土					
4	日					
5	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)
6	火	健康体操教室(ヨガ) 健康体操教室	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)
7	水					
8	木					
9	金					
10	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)
11	日	トレッキング教室(初級)	ウェルネスコンプレックス レテ 玄関	未定	未定	750円(1回)
12	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)
13	火	健康体操教室(ヨガ) 健康体操教室	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)
14	水					
15	木					
16	金					
17	土	健康体操教室(筋トレ) トレッキング教室(中級)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム ウェルネスコンプレックス レテ 玄関前	19:00 未定	20:00 未定	1,000円(1回) 1,000円
18	日					
19	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)
20	火	健康体操教室(ヨガ) 健康体操教室	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)
21	水					
22	木					
23	金					
24	土					
25	日					
26	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)
27	火	健康体操教室(ヨガ) 健康体操教室	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)
28	水					
29	木					
30	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。  
 ヨガについては、初回ご参加までに、1ヶ月分の参加料をお支払ください。期の途中から参加の方は、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。

♪♪ **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>