



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	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)	
2	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	17:00	750円(1回)	
3	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)	
4	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)	
5	水						
6	木						
7	金						
8	土						
9	日						
10	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)	
11	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)	
12	水						
13	木						
14	金						
15	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)	
16	日						
17	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)	
18	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)	
19	水						
20	木						
21	金						
22	土						
23	日						
24	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)	
25	火	冬休み					
26	水						
27	木						
28	金						
29	土						
30	日						
31	月						

冬休み

※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「てのひらけっと」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>