



| 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 | 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) | |
| 2 | 水 | | | | | | |
| 3 | 木 | | | | | | |
| 4 | 金 | | | | | | |
| 5 | 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) | |
| 6 | 日 | トレッキング初級 | ウェルネスコンプレックス レテ玄関 | | | 750円(1回) | |
| 7 | 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) | |
| 8 | 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) | |
| 9 | 水 | | | | | | |
| 10 | 木 | | | | | | |
| 11 | 金 | | | | | | |
| 12 | 土 | | | | | | |
| 13 | 日 | | | | | | |
| 14 | 月 | 大田区民スポーツまつり 8時～ テニス教室 レテ ストレッチポール体験会 無料 | | | | | |
| 15 | 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) | |
| 16 | 水 | | | | | | |
| 17 | 木 | | | | | | |
| 18 | 金 | | | | | | |
| 19 | 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) | |
| 20 | 日 | | | | | | |
| 21 | 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) | |
| 22 | 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) | |
| 23 | 水 | | | | | | |
| 24 | 木 | | | | | | |
| 25 | 金 | | | | | | |
| 26 | 土 | トレッキング中級 | ウェルネスコンプレックス レテ玄関 | | | 1,000円(1回) | |
| 27 | 日 | | | | | | |
| 28 | 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) | |
| 29 | 火 | 5週目はお休みです | | | | | |
| 30 | 水 | | | | | | |
| 31 | 木 | | | | | | |

※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、室内でのレッスンとなります。上履きをお持ちください。

♪♪ 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