



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	日	トレッキング初級	ウェルネスコンプレックスレテ 玄関前			750円(1回)	
2	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)	
3	火	健康体操教室(ヨガ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	1,000円(1回)	
		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)	
4	水						
5	木						
6	金						
7	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)	
8	日						
9	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)	
10	火	健康体操教室(ヨガ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	1,000円(1回)	
		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)	
11	水						
12	木						
13	金						
14	土	トレッキング中級	ウェルネスコンプレックスレテ 玄関前			1,000円(1回)	
15	日						
16	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)	
17	火	健康体操教室(ヨガ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	1,000円(1回)	
		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)	
18	水						
19	木						
20	金						
21	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)	
22	日						
23	月	祝日のためお休みです。					
24	火	健康体操教室(ヨガ)	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	1,000円(1回)	
		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)	
25	水	冬休み					
26	木						
27	金						
28	土						
29	日						
30	月						
31	火						

※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>