



カレンダー 5月 May



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	お休みとなります					
4	日						
5	月						
6	火						
7	水						
8	木						
9	金						
10	土	ストレッチ&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	トレッキング初級	ウェルネスコンプレックス レテ	8:00頃	17:00頃	750円 (非会員1,500)	
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	リズム体操 NEW! ヨガ教室 ストレッチ&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 ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	11:00 13:00 14:30	12:00 14:00 16:00	各1,000円(1回)	
14	水						
15	木						
16	金						
17	土	トレッキング中級	ウェルネスコンプレックス レテ	8:00頃	17:00頃	750円 (非会員1,500)	
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	リズム体操 NEW! ヨガ教室 ストレッチ&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 ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	11:00 13:00 14:30	12:00 14:00 16:00	各1,000円(1回)	
21	水						
22	木						
23	金						
24	土	ストレッチ&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)	
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	リズム体操 NEW! ヨガ教室 ストレッチ&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 ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ&ジム	11:00 13:00 14:30	12:00 14:00 16:00	各1,000円(1回)	
28	水						
29	木						
30	金						
31	土						

※リズム体操、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。
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。

お問い合わせ・予約・申込

※電話は繋がりにくい場合、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>