



## カレンダー 2016年 4月



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	金					
2	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
3	日					
4	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)
5	火	リズム体操	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	11:00	12:00	各1,000円(1回)
		ヨガ教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
		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	14:30	16:00	
6	水					
7	木					
8	金					
9	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
10	日					
11	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)
12	火	リズム体操	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	11:00	12:00	各1,000円(1回)
		ヨガ教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
		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	14:30	16:00	
13	水					
14	木					
15	金					
16	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
17	日					
18	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
19	火	リズム体操	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	11:00	12:00	各1,000円(1回)
		ヨガ教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
		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	14:30	16:00	
20	水					
21	木					
22	金					
23	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
24	日	トレッキング	ウェルネスコンプレックス レテ玄関			1,000円 (非会員1500円)
25	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
26	火	リズム体操	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	11:00	12:00	各1,000円(1回)
		ヨガ教室	ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
		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	14:30	16:00	
27	水					
28	木					
29	金					
30	土		※5週目のためお休み			

※今月からチケット制になります。5回つづり5,000円から販売しております。

ヨガについては、初回ご参加までに、1ヶ月分の参加料(お月謝)をお支払ください。

※隔週土曜日「ストレッチ&筋トレ」は、4月より毎週開催することになりました。

30日(土)の「ストレッチ&筋トレ(サタデーナイト・トレーニング)」は、5週目のためお休みです。

### お問い合わせ・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

