



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	サタデーナイト・トレーニング	ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	19:00	21:00	チケット1回分
4	日					
5	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	チケット1回分
6	火	リズム&ダンス 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	11:50 13:00 14:30	12:50 14:00 16:00	各チケット1回分
7	水					
8	木					
9	金					
10	土	サタデーナイト・トレーニング	ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	19:00	21:00	チケット1回分
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	1,000円 (非会員1500円)
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	チケット1回分
13	火	リズム&ダンス 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	各チケット1回分
14	水					
15	木					
16	金					
17	土	サタデーナイト・トレーニング	ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	19:00	21:00	チケット1回分
18	日					
19	月		※祝日のためお休みです			
20	火	リズム&ダンス 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	各チケット1回分
21	水					
22	木					
23	金					
24	土	サタデーナイト・トレーニング	ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	19:00	21:00	チケット1回分
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	チケット1回分
27	火	リズム&ダンス 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	各チケット1回分
28	水					
29	木					
30	金					

※6日(火)リズム&ダンスは11:50~12:50に時間が変更となります。

※19日(月)は祝日のためお休みとなります。

♪♪ 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.mmip.or.jp/ohta-wellness/> ブログ <http://ameblo.jp/ohtawellness>