



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	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	
2	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	
3	水						
4	木						
5	金						
6	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	
7	日						
8	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	
9	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	
10	水						
11	木						
12	金	夏休み					
13	土						
14	日						
15	月						
16	火						
17	水						
18	木						
19	金						
20	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	
21	日						
22	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	
23	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	
24	水						
25	木						
26	金						
27	土	サタデーナイト・トレーニング	休講になります。				
28	日						
29	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	
30	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	
31	水						

※12日～18日のプログラムはお休みとなります。

※27日(土)のサタデーナイトトレーニングは、休講になります。

※4月よりチケット制になりました。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。

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

ホームページ <http://www.mmjp.or.jp/ohta-wellness/> ブログ <http://ameblo.jp/ohtawellness>