



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	はじめてのエアロビクス 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 15:30	ヨガ・エアロビク スは月謝制です 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				1000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	はじめてのエアロビクス 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 15:30	ヨガ・エアロビク スは月謝制です 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	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
20	火	はじめてのエアロビクス 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 15:30	ヨガ・エアロビク スは月謝制です 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	はじめてのエアロビクス 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 15:30	ヨガ・エアロビク スは月謝制です チケット1回分
28	水					
29	木					
30	金					

♪問い合わせ・予約・申込

※ お問合せ・申込は、電話またはEメールでお願いいたします。電話は繋がりにくくなっております。
留守電にお名前と連絡先をお残し下さい。Eメール ohta@lete.jp

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>