



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	日					
2	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
3	火	はじめてエアロビクス 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	11:00	12:00	ヨガ・エアロビクス は月謝制です チケット1回分
			ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
			ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	14:30	15:30	
4	水					
5	木					
6	金					
7	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
8	日					
9	月	区民スポーツ祭り	馬込テニスクラブ貸しコート	8:00	10:00	無料
10	火	はじめてエアロビクス 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	11:00	12:00	ヨガ・エアロビクス は月謝制です チケット1回分
			ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
			ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	14:30	15:30	
11	水					
12	木					
13	金					
14	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
15	日	トレッキング				1000円 (非会員1500円)
16	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
17	火	はじめてエアロビクス 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	11:00	12:00	ヨガ・エアロビクス は月謝制です チケット1回分
			ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
			ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	14:30	15:30	
18	水					
19	木					
20	金					
21	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
22	日					
23	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
24	火	はじめてエアロビクス 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	11:00	12:00	ヨガ・エアロビクス は月謝制です チケット1回分
			ウェルネスコンプレックス レテ スタジオ	13:00	14:00	
			ウェルネスコンプレックスレテ スタジオ&ジム	14:30	15:30	
25	水					
26	木					
27	金					
28	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
29	日					
30	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
31	火	はじめてエアロビクス ヨガ教室 ストレッチ&筋トレ	※5週目の為、お休みです。			

※31日(土)は5週目のためお休みです。

### お問い合わせ・予約・申込

※お問い合わせ・申込は、電話、Eメールでお願いいたします。留守電の場合、ご連絡先、メッセージを残してください。

Eメール ohta@lete.jp 電話 03-3776-3367