

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------------------|---|----------------------|-----------------------|----------------------------------|------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| - | 11時~ZUMBA GOLD | | - | - | 朝 | 9時~ボクシングEX 10時~ZUMBA |
| - | 13時45分~ リラックスヨガ(2階) | - | 13時45分~ ピラティス(2階) | 新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止 | | |
| | 19時15分~ ボクシングEX(西P) | - | 19時~有住集会所 ヨガ&ピラティス | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | - |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | (ホワイトデー)14 |
| ●11時 STRONG by ZUMBA | 11時~ZUMBA GOLD | - | - | - | - | |
| ●12時~ ZUMBA ※連続割適用外 | 13時45分~ リラックスヨガ | 新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止 | | | ZUMBA GOLD | 13時~ リラックスヨガ 14時~ピラティス |
| - | 19時15分~ ボクシングEX(西P) | - | - | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | 19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| ●11時15分~ ZUMBA 90 | (会員) ¥800 ※フリーパスOK | - | - | - | - | - |
| | 19時15分~ ボクシングEX(西P) | - | 19時~有住集会所 ヨガ&ピラティス | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | 13時~ リラックスヨガ 14時~ピラティス 19時~STRONG by ZUMBA 20時~ZUMBA |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| - | 11時~ZUMBA GOLD | - | - | - | - | 細かい筋肉も丁寧に! 5が良いストレッチ& ストレッチポール |
| - | 新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止 3月5日(木)~3月31日(火)まで | | | | | |
| - | 19時15分~ ボクシングEX(西P) | ラスト! 次は、MEGAドンキー | - | 19時~ボクシングEX(早公) 20時~ZUMBA(早公) | - | 19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

★【木曜夜の早良公民館サークルメンバー募集】
ボクシングEX&ZUMBA ※片方だけの参加もOK
●広いお部屋で、たくさん体を動かして汗を流せます!
駐車場もあります! 平日夜の運動、体スッキリ!
・毎週木曜日夜19時~ボクシングEX 20時~ZUMBA
・月謝制月4回¥3,200

★4月からNEWレッスンスタート
メンバー募集中
●MEGAドンキー福重店(スポーツクラブ アクトス)で、
夜の『ボクシングEX』スタート!!
・毎週月曜日夜19時30分~20時30分
・料金は、月4回¥3,200または単発1回¥1,000



2020.3月
D-FIT

★レギュラーレッスン (会員)¥500 (非会員)¥1,000 ★入会金¥10,000 ★再入会金¥5,000