

ぶんとフィットネス教室 日程（9月から開始分）

事業名	期間	休講日	時間	回数	講師	場所
マットエクササイズ	9月7日 ~ 11月16日	9/21	11:00~12:00	10	藤川 恵美	伊賀市民体育館
THE SLOW®リンパドレナージュ	9月1日 ~ 11月17日	9/22, 11/3	13:00~14:00	10	高橋 一代	しらさぎ運動公園
トランポリズム	9月1日 ~ 11月17日	9/22, 11/3	19:30~20:30	10	陶山 美佐	しらさぎ運動公園
Let'sYOGAin文化会館	9月2日 ~ 11月4日		11:00~12:00	10	矢野 妙子	伊賀市文化会館
エアロビクス	9月2日 ~ 11月4日		19:30~20:30	10	嶋津 綾子	伊賀市民体育館
ピラティス	9月3日 ~ 11月5日		11:00~12:00	10	藤川 恵美	伊賀市民体育館
ラテン系フィットネスZUMBA	9月3日 ~ 11月5日		19:30~20:30	10	大財 まさみ	阿山B&G海洋センター
Let'sYOGAin市民体育館	9月4日 ~ 11月13日	10/23	11:00~12:00	10	錦 真奈美	伊賀市民体育館
夜しあわせヨガ	9月4日 ~ 11月13日	10/23	19:30~20:30	10	山中 倫子	伊賀市民体育館