

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1	2	3	4	5
		朝ヨガ① シニア教室【休講】 幼児バレエ 高学年バレエ 放課後クラブ(霊泉寺)	【アリオワーク】 テニスクラブ リンパ&ケア体操 午後ヨガ チア(ジュニア) バスケ ピククル	健康ウォーキング 金ヨガ ジュニアバスケ	チア(ジュニア・シニア) スロージョギング® 塩田 ランニングクラブ 運動あそび教室	
6	7	8	9	10	11	12
チア(ミニ・シニア) キッズ英語	楽椅子教室【MIXにて】 低学年バレエ カラコロバランスボール	朝ヨガ② シニア教室 幼児バレエ 高学年バレエ	テニスクラブ 背骨コンディショニング 午後ヨガ【休講】 チア(ジュニア) バスケ フットサル	健康ウォーキング 金ヨガ【休講】 楽々サイクリング ジュニアバスケ	MIX盆休み	
13	14	15	16	17	18	19
《8/11~8/16》までお盆休みとなります。				健康ウォーキング 金ヨガ 喫茶ケメケメ休み	チア(ジュニア・シニア) スロージョギング® 塩田 ランニングクラブ	
カフェゆるり休み				喫茶ケメケメ休み MIX盆休み		
20	21	22	23	24	25	26
チア(ミニ・シニア) キッズ英語 ガチダイエット(フォロー)	楽椅子教室 低学年バレエ カラコロバランスボール	朝ヨガ③ シニア教室 幼児バレエ 高学年バレエ	テニスクラブ 背骨コンディショニング【休講】 午後ヨガ【休講】 チア(ジュニア) ピククル フットサル	健康ウォーキング 金ヨガ 楽々サイクリング ジュニアバスケ	チア(ジュニア・シニア) 運動あそび教室	
27	28	29	30	31		
チア(ミニ・シニア) キッズ英語	楽椅子教室 低学年バレエ カラコロバランスボール	朝ヨガ④ シニア教室 幼児バレエ 高学年バレエ 放課後クラブ(美)	テニスクラブ リンパ&ケア体操 午後ヨガ チア(ジュニア)	健康ウォーキング 金ヨガ ジュニアバスケ		

※会場や講師の都合により変更する場合がございます。

※祝日はお休みです。

★【お休みや会場のお知らせ】★

クラブ盆休みは・・・8/11 ~8/16まで
 カフェゆるりは・・・8/15と9/19
 喫茶ケメケメは・・・8/16~8/17まで
 8/7の《楽椅子》の会場はMIX事務所です。

★【超朝活！早朝ヨガ】★

金色に輝く朝日を浴びると脳やカラダが目覚め気持ちよく1日をスタートできます。
 期間：8/1~9/26(毎週水曜日全8回)
 ※雨天中止 ※8/15は休み
 時間：AM5時~AM5時50分
 場所：塩田公民館(芝生広場)
 参加費：会員300円 非会員600円
 持ち物：ヨガマット(お持ちの方)

クラブハウス設立に向けて、Tシャツ応援プロジェクトがスタートしました。目標1,000枚！を掲げて販売中。デザインはシンプルで運動着・普段着としてもご使用いただけるように致しました。1枚2,500円です。



素材：綿タイプ・メッシュタイプ(2種)
 サイズ：120~XLまで
 (S~XLは事務局にて販売中)
 (120~160はご注文となります)
 ※収益はクラブハウス建設の費用にあてさせていただきます。

↑♥は背面のデザインです

