

出雲ゆうプラザ
令和7年 8月 教室プログラム

※祝日は休講となります

教室参加者3名以下で教室開催中止

	月			火		水		木	金		土
	プール	スタジオ	トレーニングジム	プール	スタジオ	プール	スタジオ		プール	スタジオ	プール
10								10			
11								11			
12								12			
13								13			
14								14			
15								15			
16								16			
17								17			
18								18			
19								19			
20								20			
21								21			

8月
開催なし

生活筋力向上
有料
13:00~13:50

いきいき健康ヨガ
有料
15:00~16:00

キッズダンスA
有料
17:00~17:50

キッズダンスB
有料
18:00~19:00

ZUMBA®
有料
19:30~20:15

楽しく弾もう
バランスボール！
有料
19:30~20:15

いきいき健康ヨガ
有料
19:30~20:30

アクアビクス
19:30~20:15