

あすもだより

2019年

2月



早いもので、もう2月。如月とも言いますが、寒さのために更に着物を重ねて着るので「衣更着」という説があります。体調にはくれぐれも、ご自愛下さい。

あすもレッスン発表会

2019年2月23日(土)

場所：堀崎自治会館

会場：10:00

開演：10:30～

○プログラム○

1	10:35	ベリーダンス
2	10:41	金 チアダンス A・B・C
3	10:48	水 バレエ A
4	10:53	火 Jr. HIPHOP
5	11:01	木 バレエ A
6	11:06	金 チアダンス B・C
7	11:12	水 バレエ B
8	11:17	木 バレエ B
9	11:23	Kids English A
10	11:35	フラダンス
11	11:47	水 バレエ C
12	11:53	ベリーダンス
13	11:59	木 バレエ C
14	12:05	フラダンス
15	12:12	木 Jr. HIPHOP
16	12:20	バレエポワント



どなたでもご自由に御観覧いただけます。



ご来場をお待ちしております 🎵



ノルディックウォーキング教室

※ 2月9日(土) 9:00~11:30

※ 集合場所 : あすも(9時集合)



コース

※ 土呂中学校 ~ JAさいたま ※ 大宮緑花木センター周辺 ~ 市民の森周辺

2月の新レッスン・変更レッスンのお知らせ

新レッスン

ストレッチポール (アリーナ)→

火曜日 11:30~12:15(初回 2/5)

第1・3・5 体幹

第2・4 リラックス

変更レッスン

おはようストレッチ&ストレッチポール (スタジオ)

火曜日 9:20~10:05



おはようストレッチ (スタジオ)

火曜日 9:30~10:00(初回 2/5)



1月のポイント達成者

10名様 ☆≡

おめでとうございます!



NPO法人 さいたまスポーツクラブ
クラブハウス「SSC あすも」

さいたま市見沼区堀崎町 12-39

TEL 048-797-5551

