



12月 <りぼんくらぶ・松戸メンバー> スケジュール



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3 日	4 日	5 日	6 日 13 日 20 日 27 日
		10時~11時 (本館)稔台 石原	10時~11時 東部 呉竹			【毎週土曜日】 りぼんくらぶ・三矢小台にて 体操&マシントレーニング 開催中！ A (マシン+集団) 9:15~10:30 B (集団+マシン) 10:00~11:15 C (マシン+集団) 10:35~11:50 D (マシン+集団) 13:15~14:30 E (集団+マシン) 14:00~15:15 F (マシン+集団) 14:35~15:50 G (集団+マシン) 15:20~16:30 ★詳しくはチラシを ご覧ください！ 12月13日は紹介キャンペーン・体験会を実施いたします 以下体験会時間 13:00~14:00 直接お越しください！
			14時~15時 馬橋東 柴山 二十世紀 渋谷	15時~16時 馬橋 柴山	13時~14時 古ヶ崎 寺田	
7 日	8 日	9 日	10 日	11 日	12 日	
	かんたんヨガ10~10:40 ウェルネス馬橋5階 (鷺足)		10時~11時 東部 呉竹			
	14時~15時 古ヶ崎 石原			15時~16時 馬橋 柴山	14時~15時 柿の木台 寺田	
14 日	15 日	16 日	17 日	18 日	19 日	
	かんたんヨガ10~10:40 ウェルネス馬橋5階 (鷺足)	10時~11時 (別館)稔台 仁木		10時~11時 馬橋東 ペ・スニ	14時~15時 柿の木台 渋谷	
			15時~16時 二十世紀 渋谷		15時~16時 馬橋 寺田	
21 日	22 日	23 日	24 日	25 日	26 日	
		10時~11時 (別館)稔台 鷺足	10時~11時 東部 呉竹			
			14時~15時 馬橋東 ペ・スニ 15時~16時 二十世紀 柴山	15時~16時 古ヶ崎 柴山	14時~15時 柿の木台 寺田	
28 日	29 日	30 日	31 日			

☆年 末 年 始 休 業☆

✧・2025年今年もお世話になり、ありがとうございました・✧

★りぼんくらぶ・松戸メンバー★
 【正会員】月額2,700円(税込)
 【都度会員】回数券4,000円(税込)/5枚
 6,000円(税込)/10枚
 ☎080-7259-5564