

ソフィアテラス 2月 イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
定休日	バランス ボール	ヨガ体操	ダンベル 体操	バランス ボール	ステップ 体操	定休日
8	9	10	11	12	13	14
定休日	バランス ボール	体幹 エクササイズ	定休日	ステップ 体操	バランス ボール	定休日
15	16	17	18	19	20	21
定休日	バランス ボール	ステップ 体操	バランス ボール	10:45~11:15 健康ラボ	健康アップ Day	定休日
			16:30~17:00 バランスボール エクササイズ※	14:00~17:00 レッスン教室 Day※	17:45~18:15 バランスボール エクササイズ※ 18:30~19:30 リフレッシュ ヨガ教室※	
22	23	24	25	26	27	28
定休日	定休日	ダンベル 体操	バランス ボール	10:45~11:15 健康ラボ	ステップ 体操	定休日
				10:00~12:00 14:00~18:00 筋力測定		

※要予約

ソフィアテラス
TEL:0761-46-5382
イオンモール新小松 2F

定休日：土曜・日曜・祝日・年末年始
営業時間：10:00~18:30



お問い合わせはこちら TEL:0761-46-5382