



11月 イベント・レッスン（講座）スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
1 	2 👤 🍷 ポディメイク& ストレッチ 10:00~11:00 🍷 KIDSダンス 16:10~17:00	3 👤 🍷 簡単エアロビクス 9:30~10:30 🍷 アート教室 16:00~17:00	4 👤	5 👤	6 🍷 ママさんのためのヨガ 9:30~11:00	7 
8	9 👤 🍷 ポディメイク& ストレッチ 10:00~11:00	10 👤 🍷 アート教室 16:00~17:00	休館日		13 🍷 ママさんのためのヨガ 9:30~11:00	14
15	16 👤 🍷 ポディメイク& ストレッチ 10:00~11:00 🍷 KIDSダンス 16:10~17:00	17 👤 🍷 アート教室 16:00~17:00	18 👤 🍷 産後コアトレ 10:00~11:00	19 👤	20 🍷 ママさんのためのヨガ 9:30~11:00	21
22	23 👤	24 👤 🍷 ポールストレッチ 9:30~10:30 🍷 アート教室 16:00~17:00	25 👤	26 👤 ★ バースデータイム 11月生まれ 10:00~10:30	27 🍷 ママさんのためのヨガ 9:30~11:00	28
29 	30 👤 🍷 ポディメイク& ストレッチ 10:00~11:00		◆レッスン時間変更 ・ママさんのためのヨガ 変更後 9:30~11:00 ・KIDSダンス 変更後 16:10~17:00 ・アート教室 変更後 16:00~17:00		🍷 …レッスン（有料） ※単発・月単位があります 🍷 …イベント（有料） ※定員がある場合があります ★ …イベント（無料） ※定員がある場合があります	 めんごりあタイム（MT） 手遊び・読み聞かせなどを 行います。 ※他のレッスン・イベント の際は、開催致しません。

※その他、不定期でイベントを開催する場合がございます。あらかじめご了承ください。
 ※イベント・レッスン（講座）のお問い合わせ・お申込みは、お電話または事務室までお越しください。
 ※定員があるイベント・レッスン（講座）は、定員に達し次第受付を終了いたします。
 ※ご不明な点は、スタッフまでお申し付けください。
※翌月のイベント・レッスン（講座）の公開・お申し込みは、毎月10日です。



上山市総合子どもセンター

めんごりあ

TEL 023-672-5407 FAX 023-616-3020
HP <http://mengoria.yamagata.jp/>