

嬬恋村ウェルネスチャレンジパーク タイムスケジュール

会場		嬬恋高校トレーニングセンター/みやざき接骨院/農村環境改善センター		
日/曜日	場所	プログラム	担当	
1	月			
2	火			
3	水			
4	木			
5	金	農村環境改善センター	19:00~20:00 ダイエットキックボクシング	大島貢徳
6	土	嬬恋高校 トレーニングセンター	18:00~18:50 トレーニングスクールダイエットコース 19:00~19:50 トレーニングスクールボディメイクコース	大八木孝宣
7	日			
8	月	みやざき接骨院	13:00~14:00 メディカルフィットネス/野球クラス	宮崎翔太
9	火			
10	水	みやざき接骨院	13:00~14:00 シミュレーションゴルフクラス 18:30~19:30 シミュレーションゴルフクラス	宮崎翔太
11	木	嬬恋高校 トレーニングセンター	19:00~19:40 トレーニングスクール基礎体力向上コース (40歳以上男性限定) 19:45~20:35 トレーニングスクールダイエットコース 20:40~21:30 トレーニングスクールボディメイクコース	大八木孝宣
12	金	農村環境改善センター	19:00~20:00 ダイエットキックボクシング	大島貢徳
13	土	嬬恋高校 トレーニングセンター	18:00~18:50 トレーニングスクールダイエットコース 19:00~19:50 トレーニングスクールボディメイクコース	大八木孝宣
14	日			
15	月	みやざき接骨院	13:00~14:00 メディカルフィットネス/野球クラス	宮崎翔太
16	火			
17	水	みやざき接骨院	13:00~14:00 シミュレーションゴルフクラス 18:30~19:30 シミュレーションゴルフクラス	宮崎翔太
18	木	嬬恋高校 トレーニングセンター	19:00~19:40 トレーニングスクール基礎体力向上コース (40歳以上男性限定) 19:45~20:35 トレーニングスクールダイエットコース 20:40~21:30 トレーニングスクールボディメイクコース	大八木孝宣
19	金	農村環境改善センター	19:00~20:00 ダイエットキックボクシング	大島貢徳
20	土	嬬恋高校 トレーニングセンター	18:00~18:50 トレーニングスクールダイエットコース 19:00~19:50 トレーニングスクールボディメイクコース	大八木孝宣
21	日			
22	月	みやざき接骨院	13:00~14:00 メディカルフィットネス/野球クラス	宮崎翔太
23	火			
24	水	みやざき接骨院	13:00~14:00 シミュレーションゴルフクラス 18:30~19:30 シミュレーションゴルフクラス	宮崎翔太
25	木	嬬恋高校 トレーニングセンター	19:00~19:40 トレーニングスクール基礎体力向上コース (40歳以上男性限定) 19:45~20:35 トレーニングスクールダイエットコース 20:40~21:30 トレーニングスクールボディメイクコース	大八木孝宣
26	金	農村環境改善センター	19:00~20:00 ダイエットキックボクシング	大島貢徳
27	土	嬬恋高校 トレーニングセンター	18:00~18:50 トレーニングスクールダイエットコース 19:00~19:50 トレーニングスクールボディメイクコース	大八木孝宣
28	日			
29	月	みやざき接骨院	13:00~14:00 メディカルフィットネス/野球クラス	宮崎翔太
30	火			
31	水	みやざき接骨院	13:00~14:00 シミュレーションゴルフクラス 18:30~19:30 シミュレーションゴルフクラス	宮崎翔太