



2019/10月

Pinos Calendar

ピノスカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
		1 休館日	2 キッズ・成人スイミング ダンススクール休校 ボウリングサークル ピノスポケット練習会 14:00～エミナース	3 キッズ・成人スイミング ダンススクール休校	4	5 成人スイミング スクール休校
6 イベント スタッフと一緒に 卓球をしよう!! 15:00～15:45 京滋マスタース大会 inアクアリーナ	7	8	9	10	11 休館日	12 筋力測定月間 (10/12～10/30)
13	14 エイベックスステージ 発表会 in西京極 祝日営業 (9:30～19:00)	15	16 イベント 第42回めぐら会 ゴルフコンペin瑞穂ゴルフクラブ ボウリングサークルピノス ポケット練習会 14:00～エミナース	17	18	19
筋力測定月間(10/12～10/30)						
20	21 休館日	22 成人スイミング スクール休校 祝日営業 (9:30～19:00)	23 ゆず茶販売 スタート	24	25	26
筋力測定月間(10/12～10/30)						
27 成人スイミング スクール休校	28 歩きの コンディショニング講座 11月分月会費お引き落とし日	29 キッズスイミング スクール休校	30 キッズスイミング スクール休校	31 休館日	営業時間 [月～土] 9:30～22:30 [日・祝] 9:30～19:00 ジム・プール・スタジオ エリアの利用は [月～土] 22:00まで [日・祝] 18:30まで	
筋力測定月間(10/12～10/30)				最終日		

EVENT INFORMATION

イベント
情報

ピノゼミナール
10月28日(月)
11:30～12:30

歩きの
コンディショニング講座

今の歩き方はあなたの日常生活の癖、
履歴書です!!

◎いつまで続ける?

◎あと何年、何歳まで歩きたい?

身体を整え、正しい歩き方、
自分に合った歩き方になって、
100歳まで健康にウォーキングしよう!
担当...山崎コーチ

1おぼしてBスタジオにおこしくなさい♡

お待たせしました♪
冬季限定ゆず茶10/23～販売開始です。

INFORMATION

お知らせ

●スクール休校日●

11月2日(土)
キッズスイミング

11月23日(土・祝)
キッズ・成人スイミング、ダンススクール



ジムにて
15分程で
測定できます!!

筋力測定月間

最大筋力を測定することで
自分の最適な運動強度がわかります。
それは目標達成の近道になります!!

10/12(土)
と
10/30(水)