

令和8年

1 月

日	月	火	水	木	金	土
				休館日 1	休館日 2	休館日 3
4	休館日 5	ヨガ 6	7	8	体幹トレ 9	バレトン 10
11	12	休館日 13	14	15	エアロビ 体幹 16	バレトン 17
18	休館日 19	ヨガ 20	21	22	体幹トレ 23	バレトン 24
25	休館日 26	ヨガ 27	28	29	エアロビ 体幹 30	バレトン 31

令和8年

2 月

日	月	火	水	木	金	土
1	休館日 2	ヨガ 3	4	5	エアロビ 体幹 6	バレトン 7
エアロビ 8	休館日 9	ヨガ 10	11	12	体幹トレ 13	バレトン 14
15	休館日 16	ヨガ 17	18	19	体幹トレ 20	バレトン 21
エアロビ 22	23	休館日 24	25	26	エアロビ 体幹 27	バレトン 28

- ヨガ講座 9:30～10:20と10:30～11:20
- バレトン講座 9:30～10:20と10:30～11:20
- 体幹トレーニング講座 19:00～20:00
- エアロビクス講座(金・日) 10:00～10:50



※Twitterに講座休講情報などをツイートしますので是非フォローしてください！（ホームページも見てね）

【ご注意】連絡無く4回連続で欠席すると自動的に退会となります