



日	月			火		水		木			金		土
	1			2		3		4			5		6
	休館日			スロートレーニング教室	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ		フィットネス体操	ピラティス	ナイト・ヨガ	ランチタイム・ヨガ	ヨガ教室	
				10:00	14:00	10:00	10:00	14:00	19:00	12:00	15:00		
7	8			9		10		11			12		13
	モーニング・ヨガ	フィットネス体操	ナイトピラティス	スロートレーニング教室	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ	健康リズム体操	骨盤体操	ランタン・ヨガ	ランチタイム・ヨガ	ZUMBA(ズンバ)	ヨガ教室	
	9:30	13:30	19:00	10:00	14:00	10:00	13:30	14:00	19:00	12:00	13:30	15:00	
14	15			16		17		18			19		20
	海の日			スロートレーニング教室	ピラティス	7月		フィットネス体操	ピラティス	ナイト・ヨガ	ランチタイム・ヨガ	ヨガ教室	
	海の日			10:00	14:00	7月		10:00	*10:00	19:00	12:00	15:00	
21	22			23		24		25			26		27
	モーニング・ヨガ	フィットネス体操	ナイトピラティス	スロートレーニング教室	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ	健康リズム体操	骨盤体操	ランタン・ヨガ	ランチタイム・ヨガ	ZUMBA(ズンバ)	ヨガ教室	
	9:30	13:30	19:00	10:00	14:00	10:00	13:30	14:00	19:00	12:00	13:30	15:00	
28	29			30		31							
	モーニング・ヨガ	フィットネス体操	ナイトピラティス	スロートレーニング教室	ピラティス	リフレッシュ・ヨガ							
	9:30	13:30	19:00	10:00	14:00	10:00							

*R6年度の第3木曜日のピラティスは10:00からになります。



- ★ 予約には事前の会員登録が必要です。
- ★ キャンセルは教室開始時間の2時間前までです。
- ★ 電話での申込み・キャンセルは原則出来ません。

予約申込等は下記QRコードより

・ログインID

・パスワード

パソコン
スマートフォン版
QRコード



フューチャーフォン版
QRコード



申込開始日

7月分	6月3日(月)
8月分	7月8日(月)
9月分	8月5日(月)

2024/5/15更新