



重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2025年・1月の教室予定表



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

- ★ 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

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	
1月分	12月2日(月)
2月分	1月6日(月)

2024/11/15更新

・ログインID

・パスワード