

トレーニング室イベント日程

	モーニングストレッチ 月・ 水 ・木	10:00 ~10:10 (約10分)
	朝のミニレッスン 水 ・金	10:00 ~10:20 (約20分)
※ 水曜日はストレッチかミニレッスンどちらか実施します。		
	昼のミニレッスン 月・木	14:15 ~14:35 (約20分)

5 月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
10:00				モーニング ストレッチ	朝のミニ レッスン	
14:15				昼のミニ レッスン		
						憲法記念日
	4	5	6	7	8	9
10:00				朝のミニ レッスン	モーニング ストレッチ	朝のミニ レッスン
14:15					昼のミニ レッスン	
	みどりの日	こどもの日	振替休日			
	11	12	13	14	15	16
10:00		モーニング ストレッチ		モーニング ストレッチ	モーニング ストレッチ	朝のミニ レッスン
14:15		昼のミニ レッスン			昼のミニ レッスン	
	18	19	20	21	22	23
10:00		モーニング ストレッチ		朝のミニ レッスン	モーニング ストレッチ	朝のミニ レッスン
14:15		昼のミニ レッスン			昼のミニ レッスン	
	25	26	27	28	29	30
10:00		モーニング ストレッチ		朝のミニ レッスン	モーニング ストレッチ	朝のミニ レッスン
14:15		昼のミニ レッスン			昼のミニ レッスン	

休館日

◎ 都合により予定を変更または中止する場合がありますので
あらかじめご了承ください。