

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)

6 月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
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		
8	9	10	11	12	13	14
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		
15	16	17	18	19	20	21
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		
22	23	24	25	26	27	28
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		
29	30					
10:00	モーニング ストレッチ					
14:15	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。