

トレーニング室イベント日程

	モーニングストレッチ	月・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)
	昼のミニレッスン	月・木	14:15 ~14:35 (約20分)

12月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
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		
	7	8	9	10	11	12
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		
	14	15	16	17	18	19
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		
	21	22	23	24	25	26
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		
	28	29	30	31	1	2
10:00						
14:15						
	3					

★ 来年は1月4日(日)から開場します。



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。