

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)

		1 月						
		日	月	火	水	木	金	土
						1	2	3
10:00								
14:15								
		4	5	6	7	8	9	10
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		
		11	12	13	14	15	16	17
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		
		18	19	20	21	22	23	24
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	31
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		

★ 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。