

トレーニング室予定表 6月分

2025年
5月15日更新

①	日	14:00～トレーニング講習会
②	月	
③	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
④	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
⑤	木	
⑥	金	
⑦	土	10:00～トレーニング講習会
⑧	日	
⑨	月	
⑩	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
⑪	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 14:00～トレーニング講習会
⑫	木	18:30～トレーニング講習会
⑬	金	11:45～ミニ教室(ピラティス) 18:30～トレーニング講習会
⑭	土	
⑮	日	
内容が変更となる場合があります。		

16	月	休館日
17	火	
18	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
19	木	18:30～トレーニング講習会
20	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
⑳	土	14:00～トレーニング講習会
㉑	日	
23	月	10:00～トレーニング講習会
24	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
25	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
㉒	木	
27	金	10:00～トレーニング講習会 11:45～ミニ教室(ピラティス)
㉓	土	
㉔	日	18:30～トレーニング講習会
30	月	

📌 ○印は、駐車場の混雑が予想される日になります。
○印以外にも、天候等により駐車場が混雑する場合があります。