

# トレーニング室予定表 5月分

2026年  
4月15日更新

1	金	10:00～トレーニング講習会 11:45～ミニ教室(ピラティス)	16	土	
2	土		17	日	
3	日		18	月	<b>休館日</b>
4	月		19	火	14:00～トレーニング講習会
5	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)	20	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
6	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会	21	木	
7	木		22	金	11:45～ミニ教室(ピラティス) 18:30～トレーニング講習会
8	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)	23	土	10:00～トレーニング講習会
9	土	14:00～トレーニング講習会	24	日	14:00～トレーニング講習会
10	日	18:30～トレーニング講習会	25	月	18:30～トレーニング講習会
11	月		26	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
12	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ) 18:30～トレーニング講習会	27	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
13	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)	28	木	18:30～トレーニング講習会
14	木	10:00～トレーニング講習会	29	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
15	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)	30	土	
ご利用いただけない日時がございます。 内容が変更となる場合があります。			31	日	

☞ ミニ教室は参加費無料・予約不要です。トレーニング室利用料に含みます。  
駐車場は有料です。台数に限りがあり、満車となる場合がございます。