

トレーニング室予定表 6月分

2026年
5月15日更新

1	月	18:30～トレーニング講習会	16	火	14:00～トレーニング講習会
2	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)	17	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
3	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)	18	木	18:30～トレーニング講習会
4	木	18:30～トレーニング講習会	19	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
5	金		20	土	
6	土	10:00～トレーニング講習会	21	日	
7	日	10:00～トレーニング講習会	22	月	
8	月		23	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
9	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)	24	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
10	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 14:00～トレーニング講習会	25	木	
11	木		26	金	10:00～トレーニング講習会 11:45～ミニ教室(ピラティス)
12	金	11:45～ミニ教室(ピラティス) 18:30～トレーニング講習会	27	土	14:00～トレーニング講習会
13	土		28	日	18:30～トレーニング講習会
14	日		29	月	
15	月	休館日	30	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
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。					

☞ 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。