

トレーニング室予定表 8月分

2024年
7月15日更新

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

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

📌 ○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。