

# トレーニング室予定表 11月分

2024年  
10月15日更新

1	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
2	土	14:00～トレーニング講習会
3	日	14:00～トレーニング講習会
4	月	
5	火	18:30～トレーニング講習会
6	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
7	木	18:30～トレーニング講習会
8	金	
9	土	大和市トップスポーツ観戦デーのため 9:00～21:00 終日 CLOSE
10	日	大和市トップスポーツ観戦デーのため 9:00～21:00 終日 CLOSE
11	月	10:00～トレーニング講習会
12	火	
13	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
14	木	
15	金	11:45～ミニ教室(ピラティス) 18:30～トレーニング講習会
内容が変更となる場合があります。		

16	土	10:00～トレーニング講習会
17	日	
18	月	休館日
19	火	14:00～トレーニング講習会
20	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
21	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
23	土	
24	日	18:30～トレーニング講習会
25	月	
26	火	
27	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
28	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)
30	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。