

トレーニング室予定表 12月分

2024年
11月15日更新

1	日	
2	月	14:00～トレーニング講習会
3	火	
4	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
5	木	18:30～トレーニング講習会
6	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
7	土	10:00～トレーニング講習会
8	日	14:00～トレーニング講習会
9	月	
10	火	
11	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
12	木	
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) 18:30～トレーニング講習会
19	木	
20	金	14:00～トレーニング講習会
21	土	18:30～トレーニング講習会
22	日	10:00～トレーニング講習会
23	月	
24	火	10:00～トレーニング講習会
25	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
26	木	18:30～トレーニング講習会
27	金	
28	土	施設点検のため 9:00～21:00 終日 CLOSE
29	日	休館日
30	月	休館日
31	火	休館日

📌 ○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。