

トレーニング室予定表 4月分

2026年
4月1日更新

1	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
2	木	
3	金	18:30～トレーニング講習会
4	土	
5	日	14:00～トレーニング講習会
6	月	
7	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
8	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
9	木	10:00～トレーニング講習会
10	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
11	土	18:30～トレーニング講習会
12	日	
13	月	18:30～トレーニング講習会
14	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
15	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 14:00～トレーニング講習会
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。		

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

☞ 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。