

トレーニング室予定表 8月分

2026 年
7 月 15 日更新

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

🔑 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。