

# 2月 トレーニング室日程表

※レッスン開始時間前に会場へ立ち入るのは、お止めくださいますようご協力お願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
講習会 14:00~15:00	講習会 11:00~12:00	講習会 18:00~19:00	講習会 13:00~14:00	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00
ソフトエアロ 11:00~11:50	ソフトエアロ 14:00~14:45		ソフトエアロ 14:00~14:45			ソフトエアロ 11:00~11:50
	ヨガ 15:00~15:40	カウンセリング 14:00~15:00				カウンセリング 12:00~13:00
8	9	10	11 建国記念日	12	13	14
講習会 14:00~15:00	講習会 11:00~12:00	講習会 18:00~19:00	講習会 13:00~14:00	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00
ソフトエアロ 11:00~11:50	ソフトエアロ 14:00~14:45		ソフトエアロ 14:00~14:45			ソフトエアロ 11:00~11:50
	ヨガ 15:00~15:40	カウンセリング 14:00~15:00				カウンセリング 12:00~13:00
15	16	17	18	19	20	21
休館日	休館日	講習会 18:00~19:00	講習会 13:00~14:00	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00
			ソフトエアロ 14:00~14:45			ソフトエアロ 11:00~11:50
		カウンセリング 14:00~15:00				カウンセリング 12:00~13:00
22	23 天皇誕生日	24	25	26	27	28
講習会 14:00~15:00	講習会 11:00~12:00	講習会 18:00~19:00	講習会 13:00~14:00	講習会 17:00~18:00	講習会 10:00~11:00	講習会 14:00~15:00
ソフトエアロ 11:00~11:50	ソフトエアロ 14:00~14:45		ソフトエアロ 14:00~14:45			ソフトエアロ 11:00~11:50
	ピラティス 15:00~15:40	カウンセリング 14:00~15:00				カウンセリング 12:00~13:00

※ソフトエアロ、ヨガ共に多目的室にて開催

※上記教室の参加料金は全て無料となります(別途、施設利用料が掛かります。)

※受付については開催当日、トレーニング室にて行います。