

**緊急事態宣言に伴い、1月8日(金)から19:00閉館となるため、  
ナイトヨガ、ズンバ、ナイトピラティスが休講となりますので予めご了承ください。**

日	月	火	水	木	金	土
① △ 9:00 ~ 10:00	① ★ 10:00 ~ 11:00 ② ★ 11:20 ~ 12:20 ③ △ 19:30 ~ 20:30	① △ 10:00 ~ 11:00 ② △ 12:30 ~ 13:30 ③ ☆ 16:30 ~ 17:30 ④ ☆ 17:50 ~ 18:50	① △ 12:15 ~ 13:15 ② △ 13:30 ~ 15:00	① △ 10:00 ~ 11:30 ② ☆ 13:30 ~ 15:00 ③ △ 19:30 ~ 20:30	① ○ 9:30 ~ 11:00 ② ▲ 10:30 ~ 11:30 ③ ☆ 16:30 ~ 17:30 ④ ☆ 19:00 ~ 20:00	① △ 11:20 ~ 12:20 ② ☆ 12:40 ~ 13:40 ③ ☆ 14:00 ~ 15:00 ④ ☆ 15:20 ~ 16:20
<p>☆☆託児の案内☆☆ 予約制(前日正午まで) ・1歳児:500円/90分 ・2歳~:300円/90分 月・金 9:00~13:00 ※休館日・祝日を除く</p> 		<p>☆☆教室料金案内☆☆ ☆ コース参加型 (教室ごとにご確認ください) △ 当日参加型 (大人・500円) ○ 当日参加型 (大人・300円) □ 自由参加型 (大人・150円) ※ 塗りつぶしは託児付</p> 			1	2
3	4	5	6	7	8	9
休館日	① ★ フラダンス① ② ★ フラダンス② ③ △ ナイトヨガ	① △ たのしいエアロ ② △ 骨盤コア ③ ☆ HIP HOP初級 ④ ☆ HIP HOP上級	① △ ストレッチピラティス ② △ かんたんエクササイズ	① △ シニアエクササイズ ② ☆ 転ばん塾 ③ △ ズンバ	① ○ 金曜卓球倶楽部 ② ▲ シェイプアップヨガ ③ ☆ 走り方教室 ④ ☆ ナイトピラティス	① △ ボディバランストレ ② ☆ キッズダンス ③ ☆ 小学生ダンス ④ ☆ ジャズHIP HOP
10	11	12	13	14	15	16
① △ サンデーエクササイズ	① ★ フラダンス① ② ★ フラダンス② ③ <del>△ ナイトヨガ</del>	① △ たのしいエアロ ② △ 骨盤コア ③ ☆ HIP HOP初級 ④ ☆ HIP HOP上級	① △ ストレッチピラティス ② △ かんたんエクササイズ	① △ シニアエクササイズ ② ☆ 転ばん塾 ③ <del>△ ズンバ</del>	① ○ 金曜卓球倶楽部 ② ▲ シェイプアップヨガ ④ ☆ ナイトピラティス	① △ ボディバランストレ ② ☆ キッズダンス ③ ☆ 小学生ダンス ④ ☆ ジャズHIP HOP
17	18	19	20	21	22	23
① △ サンデーエクササイズ	① ★ フラダンス① ② ★ フラダンス② ③ <del>△ ナイトヨガ</del>	① △ たのしいエアロ ② △ 骨盤コア ③ ☆ HIP HOP初級 ④ ☆ HIP HOP上級	① △ ストレッチピラティス ② △ かんたんエクササイズ	① △ シニアエクササイズ ② ☆ 転ばん塾 ③ <del>△ ズンバ</del>	① ○ 金曜卓球倶楽部 ② ▲ シェイプアップヨガ ③ ☆ 走り方教室 ④ ☆ ナイトピラティス	① △ ボディバランストレ ② ☆ キッズダンス ③ ☆ 小学生ダンス ④ ☆ ジャズHIP HOP
24	25	26	27	28	29	30
① △ サンデーエクササイズ	休館日	① △ たのしいエアロ ② △ 骨盤コア ③ ☆ HIP HOP初級 ④ ☆ HIP HOP上級	① △ ストレッチピラティス ② △ かんたんエクササイズ	① △ シニアエクササイズ ② ☆ 転ばん塾 ③ <del>△ ズンバ</del>	① ○ 金曜卓球倶楽部 ② ▲ シェイプアップヨガ ④ ☆ ナイトピラティス	① △ ボディバランストレ ② ☆ キッズダンス ③ ☆ 小学生ダンス ④ ☆ ジャズHIP HOP
31		① △ サンデーエクササイズ				

※天候又は災害等の影響で当日休講となる場合がございます。お出かけ前に記載のQRコードで最新情報をご確認いただけます。