

**緊急事態宣言発出に伴い、1月8日(金)から19:00閉館となっているため、
緊急事態宣言中はナイトヨガ、ズンバが休講となってお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	① △ 11:20 ~ 12:20 ② ☆ 12:40 ~ 13:40 ③ ☆ 14:00 ~ 15:00 ④ ☆ 15:20 ~ 16:20
	1	2	3	4	5	6
	① ☆ フラダンス① ② ☆ フラダンス②	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	① ○ 金曜卓球倶楽部 ② ▲ シェイプアップヨガ	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
7	8	9	10	11	12	13
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 △ 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	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
14	15	16	17	18	19	20
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 △ ナイトヨガ					
21	22	23	24	25	26	27
	休館日					
28	29	30	31	☆☆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)		



※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。