

2026年2月 トレーナー ストレッチ予定表

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 ○ 12:30～17:00 19:00～21:00	2 ○ 11:00～13:30 15:30～17:00	3 /	4 ○ 12:00～17:00	5 ○ 14:00～17:00 19:00～21:00	6 /	7 ○ 10:00～17:00
8 ○ 10:00～19:00	9 ○ 12:30～13:30 15:30～17:00	10 /	11 ○ 12:00～17:00	12 ○ 10:00～17:00	13 /	14 ○ 10:00～17:00
15 ○ 12:30～21:00	16 ○ 11:00～13:30 15:30～17:00	17 /	18 /	19 ○ 12:30～17:00 19:00～21:00	20 ○ 12:30～21:00	21 ○ 10:00～17:00
22 /	23 /	24 /	25 ○ 12:00～17:00	26 ○ 14:00～17:00 19:00～21:00	27 ○ 12:00～17:00	28 ○ 12:30～21:00