

2025

# 1月 Fitness calendar

※変更になる場合がございます。

日	月	火	水	木	金	土
29 休館日	30 休館日	31 休館日	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 休館日
5	6 エアロ 10:00~	7 休館日	8	9 ヨガ教室 10:00~ 体幹 19:30~	10	11 BEE 18:30~ LOW 19:30~
12	13	14 休館日	15	16 ストレッチ 10:00~ 体幹 19:30~	17 エンジョイ(バド) 19:00~	18 BEE 18:30~ LOW 19:30~
19 夜ヨガ 18:30~	20 エアロ 10:00~	21 休館日	22	23 ヨガ教室 10:00~ 体幹 19:30~	24	25 BEE 18:30~ LOW 19:30~
26	27	28 休館日	29	30 エアロ 10:00~ 体幹 19:30~	31 エンジョイ(卓球) 19:00~	1
2	3	4 休館日	5	6	7	8