

■ 2026年1月度レッスン休講のご案内

2026年1月15日更新

日程	多目的室	剣道場	柔道場	プール
1/13火	1/12(月・祝)営業に伴い振替休館日のため全プログラム休講			1月19日(月)まで休講
1/16金	19:45-20:30 SERENA BODYCOMBAT			
1/16金	20:40-21:40 HANA BODYJAM			
1/17土	10:15-11:00 野友 BODYCOMBAT		9:15-9:45 スタッフ 腰痛体操	
1/17土	11:15-12:00 野友 ヨ ガ			
1/17土	12:15-13:15 Masumi MEGADANCE			
1/17土	13:30-14:15 Masumi ZUMBA			
1/17土	18:15-19:00 川上 BODYATTACK			
1/21水	10:00-10:45 Ma@Sa MEGADANCE			
1/21水	11:00-11:45 上原 BODYCOMBAT			
1/21水	12:00-12:30 川上 BODYATTACK			
1/21水	14:00-14:45 空師 健康アップ体操			
1/24土	10:15-11:00 野友 BODYCOMBAT	剣道場で実施します。		
1/24土	11:15-12:00 野友 ヨ ガ	剣道場で実施します。		
1/24土	12:15-13:15 Masumi MEGADANCE			
1/24土	13:30-14:15 Masumi ZUMBA			