



2026・5/3 (SUN) ~5/6 (WED) ★GW★ 後半



ワンタイムレッスン★特別スケジュール

5/3(SUN) 憲法記念日	4(MON) みどりの日	5(TUE) こどもの日	6(WED) 振替休日
<p>ボディバランス 9:45~10:45 in会議室 定員:17名</p> <p>富樫 由紀</p> 	<p>メガダンス 10:00~11:00 in会議室 定員:17名</p> <p>富樫 由紀</p> 	<p>ボディバランス 9:45~10:45 in会議室 定員:17名</p> <p>富樫 由紀</p> 	<p>ボディバランス 10:00~11:00 in体育館 定員:80名</p> <p>Atsuko Shimada</p> 
<p>ボディジャム45 11:15~12:00 in会議室 定員:17名</p> <p>富樫 由紀</p> 	<p>ボディコンバット 11:30~12:30 in会議室 定員:17名</p> <p>富樫 由紀</p> 	<p>ボディパンプ 11:15~12:15 in会議室 定員:17名</p> <p>富樫 由紀</p> 	<p>ボディジャム 11:30~12:30 in体育館 定員:80名</p> <p>Yuki Togashi</p> 
<p>ボディパンプ45 12:30~13:15 in会議室 定員:17名</p> <p>富樫 由紀</p> 	<p>ボディパンプ 13:00~14:00 in会議室 定員:17名</p> <p>上村 恵美</p> 	<p>ボディコンバット 13:00~14:00 in体力測定室 定員:12名</p> <p>島田 敦子</p> 	<p>レズミルズピラティス 13:00~13:45 in体育館 定員:80名</p> <p>Atsuko Shimada</p> 
<p>X55 45 14:00~14:45 in会議室 定員:17名</p> <p>上村 恵美</p>  	<p>シンプルーヨガ 14:30~15:30 in会議室 定員:17名</p> <p>上村 恵美</p> 	<p>シンプルーヨガ 14:30~15:30 in体力測定室 定員:12名</p> <p>島田 敦子</p> 	<p>ボディコンバット 14:15~15:15 in体育館 定員:80名</p> <p>Yuki & Atsuko</p>  
<p>コンディショニングヨガ 15:15~16:00 in会議室 定員:17名</p> <p>上村 恵美</p> 	<p>***** ***** *****</p> 	<p>***** *****</p> 	<p>梅若のGW楽しく 過ごせましたか?</p> 