2025(令和7)年度 第2期カレンダー

グレーは休場日 ピンクは施設都合で休講になった際の予備日 〇は駐車場混雑予想日

	月 ズンバ 体幹トレーニング						
	木	健康体持	ネ リズ	ム体操	ズンバ	パワー	·ヨガ
	±	パルク	ール				
	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
7	7	8	9	10	11	12	13
月	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			
	月	火	水	木	金	土	B
					1	2	3
8	4	5	6	7	8	9	10
月	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
	月	火	水	*	金	\mp	日
	1	2	3	4	5	9	7
9	8	9	10	11	12	13	14
月	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30					

	月	リフレ	ッシュ	リラックスヨガ			
	火	リフレ	ッショ	ュヨガ			
	金	リラッ	クスヨ	lガ			
	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
7	7	8	9	10	11	12	13
月	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			
	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
8	4	5	6	7	8	9	10
月	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	7
9	8	9	10	11	12	13	14
月	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30					

月	体リセットヨガ	エアロビクス初級
±	シェイプアップヨ	ガ ダイエットエアロ

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
7	7	8	9	10	11	12	13
月	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			
	月	火	水	木	金	土	
					1	2	3
8	4	5	6	7	8	9	10
月	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	7
9	8	9	10	11	12	13	14
月	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30					

2025(令和7)年度 第2期カレンダー

グレーは休場日 ピンクは施設都合で休講になった際の予備日 〇は駐車場混雑予想日

	火 はじめてのヨガ							
	木	ピラテ	· イス					
	月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	6	
7	7	8	9	10	11	12	13	
月	14	15	16	17	18	19	20	
	21	22	23	24	25	26	27	
	28	29	30	31				
	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
8	4	5	6	7	8	9	10	
月	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	
	月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7	
9	8	9	10	11	12	13	14	
月	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30						

	火	フラダ	ンス				
	金	親子運	動ある	び			
	月	火	水	木	金	±	B
		1	2	3	4	5	6
7	7	8	9	10	/11	12	13
月	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			
	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
8	4	5	6	7	8	9	10
月	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	/22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
	月	火	水	木	金	±	日
	1	2	3	4	5	6	7
9	8	9	10	11	12	13	14
月	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30					

	火 チアダンス								
	金	ヒッフ	゚ホッフ	゚゚゙゙ダンス					
	月	火	水	木	金	土			
		1	2	3	4	5	6		
7	7	8	9	10	11	12	13		
月	14	15	16	17	18	19	20		
	21	22	23	24	25	26	27		
	28	29	30	31					
	月	火	水	木	金	土	B		
					1	2	3		
8	4	5	6	7	8	9	10		
月	11	12	13	14	15	16	17		
	18	19	20	21	22	23	24		
	25	26	27	28	29	30	31		
	月	火	水	木	金	土			
	1	2	3	4	5	6	7		
9	8	9	10	11	12	13	14		
月	15	16	17	18	19	20	21		
	22	23	24	25	26	27	28		
	29	30							