

トレーニング室予定表 2月分

2026 年
1 月 22 日更新

①	日	10:00～トレーニング講習会
2	月	■トレ室照明 LED 化工事のため 9:00～21:00 終日休場
③	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
4	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
5	木	10:00～トレーニング講習会
6	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
⑦	土	
⑧	日	■選挙のため 18:00～21:00 休場
9	月	■トレ室照明 LED 化工事のため 9:00～17:00 休場 18:30～トレーニング講習会
10	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
⑪	水	14:00～トレーニング講習会
12	木	
13	金	11:45～ミニ教室(ピラティス) 18:30～トレーニング講習会
⑭	土	10:00～トレーニング講習会
⑮	日	
内容が変更となる場合があります。		

16	月	休館日
17	火	14:00～トレーニング講習会
18	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
19	木	18:30～トレーニング講習会
20	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
②①	土	
②②	日	
②③	月	
24	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)
②⑤	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 14:00～トレーニング講習会
26	木	
27	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
②⑧	土	18:30～トレーニング講習会

📌 ○印は、駐車場の混雑が予想される日になります。
○印以外にも、天候等により駐車場が混雑する場合があります。