

トレーニング室予定表 4月分

2024年
3月21日更新

1	月	
2	火	10:00～トレーニング講習会
3	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
4	木	
5	金	11:45～ミニ教室(ピラティス) 18:30～トレーニング講習会
6	土	14:00～トレーニング講習会
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
11	木	
12	金	10:00～トレーニング講習会 11:45～ミニ教室(ピラティス)
13	土	18:30～トレーニング講習会
14	日	
15	月	休館日
内容が変更となる場合があります。		

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