

# トレーニング室予定表 4月分

2026年  
3月15日更新

1	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)	16	木	
2	木		17	金	10:00～トレーニング講習会 11:45～ミニ教室(ピラティス)
3	金	18:30～トレーニング講習会	18	土	
4	土		19	日	14:00～トレーニング講習会
5	日	14:00～トレーニング講習会	20	月	<b>休館日</b>
6	月		21	火	
7	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)	22	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
8	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)	23	木	
9	木	10:00～トレーニング講習会	24	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
10	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)	25	土	10:00～トレーニング講習会
11	土	18:30～トレーニング講習会	26	日	■選挙のため 18:00～21:00 休場
12	日		27	月	
13	月	18:30～トレーニング講習会	28	火	18:30～トレーニング講習会
14	火	10:00～ミニ教室(身体調整ヨガ)	29	水	
15	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 14:00～トレーニング講習会	30	木	18:30～トレーニング講習会
ご利用いただけない日時がございます。 内容が変更となる場合があります。					

☞ ミニ教室は参加費無料・予約不要です。トレーニング室利用料に含みます。  
駐車場は有料です。台数に限りがあり、満車となる場合がございます。