



日	月	火	水	木	金	土			
				1	2	3			
				フィットネス 体操 10:00	ピラティス 14:00	ナイト・ ヨガ 19:00	ランチタイム・ヨガ 12:00	ヨガ教室 15:00	
7	5	6	7	8	9	10			
	<b>休館日</b>	スロートレー ニング教室 10:00	ピラティス 14:00	リフレッシュ・ヨガ 10:00	骨盤体操 14:00	ランタン・ヨガ 19:00	ランチタイム・ ヨガ 12:00	ZUMBA (ズンバ) 13:30	ヨガ教室 15:00
14	12	13	14	15	16	17			
		スロートレー ニング教室 10:00	健康リズム体操 13:30	フィットネス体操 10:00	ナイト・ヨガ 19:00				
	<b>振替休日</b>								
21	19	20	21	22	23	24			
	モーニング・ヨガ 9:30	ナイトピラティス 19:00		リフレッシュ・ヨガ 10:00					
25	26	27	28	29	30	31			
	モーニング・ヨガ 9:30	フィットネス 体操 13:30	ナイト ピラ ティス 19:00	スロートレー ニング教室 10:00	ピラティス 14:00	健康リズム体操 13:30	残暑お見舞い 申し上げます	ランチタイム・ヨガ 12:00	ヨガ教室 15:00

- ★ 予約には事前の会員登録が必要です。
- ★ キャンセルは教室開始時間の2時間前までです。
- ★ 電話での申込み・キャンセルは原則出来ません。

※R6年度の第3木曜日のピラティスは10:00からになります。

## 予約申込等は下記QRコードより

パソコン  
スマートフォン版  
QRコード



フューチャーフォン版  
QRコード



申込開始日	
8月分	7月8日(月)
9月分	8月5日(月)
10月分	9月2日(月)

2024/6/14更新

・ログインID

・パスワード