



重兵衛スポーツフィールド中台 体育館 2025年・2月の教室予定表



日	月	火	水	木	金	土					
						1					
2	3	4	5	6	7	8					
	休館日	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	フィットネス体操 10:00	ナイトヨガ 19:00	ランチタイム・ヨガ 12:00	ヨガ教室 14:30			
9		10	11	12	13	14	15				
	モーニング・ヨガ 9:30	フィットネス体操 13:30	筋膜リリース 19:00	建国記念日 	リフレッシュ・ヨガ 10:00	健康リズム体操 13:30	骨盤体操 14:00	ランチタイム・ヨガ 12:00	ZUMBA (ズンバ) 13:30	ヨガ教室 14:30	
16	17	18	19		20	21	22				
	モーニング・ヨガ 9:30	フィットネス体操 13:30	筋膜リリース 19:00	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	フィットネス体操 10:00	ピラティス 10:00	ランタン・ヨガ 19:00	ランチタイム・ヨガ 12:00	ヨガ教室 14:30
23	24	25	26	27	28						
	振替休日	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		ランチタイム・ヨガ 12:00	ZUMBA (ズンバ) 13:30	ヨガ教室 14:30			

※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。

予約申込等は下記QRコードより

・ログインID

・パスワード

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

2月分	1月7日(火)
3月分	2月3日(月)

2025/12/15更新