

2026(令和8)年度 第1期カレンダー

グレーは休場日 ピンクは施設都合で休講になった際の予備日 □は駐車場混雑予想日

	月 ズンバ 体幹トレーニング							
	木 健康体操 リズム体操 ズンバ パワーヨガ							
	土 パルクール							
4月	月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30				
5月	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	
6月	月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30						

	月 リフレッシュヨガ リラックスヨガ							
	火 リフレッシュヨガ							
	金 リラックスヨガ							
4月	月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30				
5月	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	
6月	月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30						

	月 体リセットヨガ エアロビクス初級							
	金 ヒップホップダンス							
	土 シェイプアップヨガ ダイエットエアロ							
4月	月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30				
5月	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	
6月	月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30						

2026(令和8)年度 第1期カレンダー

グレーは休場日 ピンクは施設都合で休講になった際の予備日 □は駐車場混雑予想日

	火 はじめてのヨガ							
	木 ピラティス							
4月	月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30				
5月	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	
6月	月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30						

	火 フラダンス							
	金 親子運動あそび							
4月	月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30				
5月	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	
6月	月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30						

	火 チアダンス・KPOPダンス							
	金 エンジョイエアロ							
4月	月	火	水	木	金	土	日	
				1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30				
5月	月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	
6月	月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30						