

2026(令和8)年度 第3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						
10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
11月	26	27	28	29	30	31	
	月	火	水	木	金	土	日
							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
12月	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30						
	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			

	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						
10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
11月	26	27	28	29	30	31	
	月	火	水	木	金	土	日
							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
12月	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30						
	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			

	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						
10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
11月	26	27	28	29	30	31	
	月	火	水	木	金	土	日
							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
12月	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30						
	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			

2026(令和8)年度 第3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 ビラティス						
	月	火	水	木	金	土	日
10月				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	
11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
12月	23	24	25	26	27	28	29
	30						
	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			

	火 フラダンス						
	金 親子運動あそび						
	月	火	水	木	金	土	日
10月				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	
11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
12月	23	24	25	26	27	28	29
	30						
	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			

	火 チアダンス・KPOPダンス						
	金 エンジョイエアロ						
	月	火	水	木	金	土	日
10月				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	
11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
12月	23	24	25	26	27	28	29
	30						
	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			