

2026

2月

February



Valentine's Day ♡♡

MON

T

WED

THU

F

SAT

SUN

1

2

12:40~13:25
Q-REN

3

4

14:40~15:20
ひめトレ

5

13:40~14:40
グループ
ワークアウト

6

7

15:45~16:45
MICHIKO
ダイエット

8

14:30~15:10
初中級ステップ
15:30~16:15
初中級エアロ

9

12:30~13:30
18:45~19:45
MICHIKO
ダイエット

10

11

14:50~15:40
ヴィンヤサ
フローヨガ50

12

13:40~14:40
HIP-HOP60

13

14

17:30~18:15
社交ダンス
ジルバ

15

14:30~15:10
ハタヨガ

16

12:30~13:00
BODY ATTACK30

17

18

14:45~15:30
社交ダンス
ルンバ

19

13:40~14:40
ダイエット
基礎講座

20

21

22

14:30~15:15
中級ステップ
15:30~16:15
ミュージック
ヨガ&ピラティス

23

12:30~13:30
お身体整えヨガ

24

25

14:40~15:40
食事×機能
改善セッション
19:00~19:45
中級ステップ

26

13:40~14:25
中級エアロ

27

28

※予約締切は原則開催日の2日前までです。

尚、定員に達した場合は会員様優先での開催になります。非会員様は予約先着順での参加になります。ご了承ください。