

会議室レッスン♪カレンダー

変更になる場合がございます



2024 7 July

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
	1 11:25~12:01 BeatBoxVR vol.6 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 ターゲットトレーニング 13:45~14:19 BeatBoxVR vol.9 14:30~15:02 CoreControlVR vol.7 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.4 17:15~17:40 CoreControlVR vol.1 18:00~18:29 BeatBoxVR vol.1	2 10:30~11:05 BeatBoxVR vol.7 11:15~11:50 CoreControlVR vol.5 12:00~12:16 StretchVR1 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.4 13:30~14:04 CoreControlVR vol.4 14:15~14:51 ThinkingYogaVR vol.4 15:00~16:03 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.5 17:00~17:36 CoreControlVR vol.5 17:45~18:22 ThinkingYogaVR vol.5	3 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.2 16:00~16:31 CoreControlVR vol.3 16:45~17:18 BeatBoxVR vol.2	4 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.5 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:05 ThinkingYogaVR vol.2 15:30~16:30 StretchVR 16:45~17:19 CoreControlVR vol.4 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.3	5 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 12:15~12:30 お腹シェイプ 13:00~13:30 ザ・サーキット forビギナーズ 13:35~13:50 すっきりストレッチ 14:15~14:46 CoreControlVR vol.2 17:20~17:53 CoreControlVR vol.4 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.4	6 高松地区中学校総合体育
7 セタイイベント 10:30~12:00 自立体力測定会	8 11:25~12:01 BeatBoxVR vol.6 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 ターゲットトレーニング 13:45~14:19 BeatBoxVR vol.9 14:30~15:02 CoreControlVR vol.7 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.4 17:15~17:40 CoreControlVR vol.1 18:00~18:29 BeatBoxVR vol.1	9 はつらつくらぶのため、 会議室レッスンは休講です	10 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.2 16:00~16:31 CoreControlVR vol.3 16:45~17:18 BeatBoxVR vol.2	11 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.5 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:05 ThinkingYogaVR vol.2 15:30~16:30 StretchVR 16:45~17:19 CoreControlVR vol.4 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.3	12 四国高校総体公式練習日	13 四国高校総体
14 四国高校総体	15 海の日イベント 10:30~12:30 歩き方測定会& ノルディックウォーキング(屋外)	16 10:30~11:05 BeatBoxVR vol.7 11:15~11:50 CoreControlVR vol.5 12:00~12:16 StretchVR1 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.4 13:30~14:04 CoreControlVR vol.4 14:15~14:51 ThinkingYogaVR vol.4 15:00~16:03 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.5 17:00~17:36 CoreControlVR vol.5 17:45~18:22 ThinkingYogaVR vol.5	17 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.2 16:00~16:31 CoreControlVR vol.3 16:45~17:18 BeatBoxVR vol.2	18 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.5 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:05 ThinkingYogaVR vol.2 15:30~16:30 StretchVR 16:45~17:19 CoreControlVR vol.4 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.3	19 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 12:15~12:30 お腹シェイプ 13:00~13:30 ザ・サーキット forビギナーズ 13:35~13:50 すっきりストレッチ 14:15~14:46 CoreControlVR vol.2 17:20~17:53 CoreControlVR vol.4 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.4	20 香川県中学校総合体育大会
21 香川県中学校総合体育大会	22 11:25~12:01 BeatBoxVR vol.6 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 ターゲットトレーニング 13:45~14:19 BeatBoxVR vol.9 14:30~15:02 CoreControlVR vol.7 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.4 17:15~17:40 CoreControlVR vol.1 18:00~18:29 BeatBoxVR vol.1	23 はつらつくらぶのため、 会議室レッスンは休講です	24 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.2 16:00~16:31 CoreControlVR vol.3 16:45~17:18 BeatBoxVR vol.2	25 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.5 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 13:50~14:05 すっきりストレッチ 14:30~15:05 ThinkingYogaVR vol.2 15:30~16:30 StretchVR 16:45~17:19 CoreControlVR vol.4 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.3	26 香川県特別支援学校知的障害教育校大会	27 香川県選手権大会国体予選会
28 JOC夏季大会香川県最終予選	29 11:25~12:01 BeatBoxVR vol.6 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 ターゲットトレーニング 13:45~14:19 BeatBoxVR vol.9 14:30~15:02 CoreControlVR vol.7 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.4 17:15~17:40 CoreControlVR vol.1 18:00~18:29 BeatBoxVR vol.1	30 10:30~11:05 BeatBoxVR vol.7 11:15~11:50 CoreControlVR vol.5 12:00~12:16 StretchVR1 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.4 13:30~14:04 CoreControlVR vol.4 14:15~14:51 ThinkingYogaVR vol.4 15:00~16:03 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.5 17:00~17:36 CoreControlVR vol.5 17:45~18:22 ThinkingYogaVR vol.5	31 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.2 16:00~16:31 CoreControlVR vol.3 16:45~17:18 BeatBoxVR vol.2			

●上記予定は、会議室の利用等により変更となる場合があります。