

# 会議室レッスン♪カレンダー

2025

5

May

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
<p>会議室カレンダーは 持ち帰らないでください。 会議室の利用等により レッスン内容が変更となる場合がございます。</p>				<p><b>1</b></p> <p>10:25～ BeatBoxVR vol.9 14:15～ 週替わりレッスン</p>	<p><b>2</b></p> <p>13:00～ ザ・サーキット forビギナーズ 13:35～ すっきりストレッチ 14:15～ CoreControlVR vol.10 15:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>3</b></p> <p>高体連合同練習会</p>
<p><b>4</b></p> <p>高体連合同練習会</p>	<p><b>5</b></p> <p>高体連合同練習会</p>	<p><b>6</b></p> <p>全国障害者 スポーツ大会</p>	<p><b>7</b></p> <p>振替休館日</p>	<p><b>8</b></p> <p>10:25～ BeatBoxVR vol.9 14:15～ 週替わりレッスン</p>	<p><b>9</b></p> <p>13:00～ ザ・サーキット forビギナーズ 13:35～ すっきりストレッチ 14:15～ CoreControlVR vol.10 15:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>10</b></p> <p>10:15～ CoreControlVR vol.10 11:00～ CoreControlVR vol.11 11:45～ CoreControlVR vol.12 12:45～ BeatBoxVR vol.9 13:25～ CoreControlVR vol.6 14:15～ CoreControlVR vol.8 15:00～ BeatBoxVR vol.9 15:45～ CoreControlVR vol.4 16:30～ BeatBoxVR vol.7 19:00～ ZUMBA</p>
<p><b>11</b></p>	<p><b>12</b></p> <p>11:25～ BeatBoxVR vol.10 12:30～ ターゲットトレーニング 13:05～ すっきりストレッチ 13:45～ BeatBoxVR vol.5 14:30～ CoreControlVR vol.4 15:15～ CoreControlVR vol.5 16:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>13</b></p> <p>休館日</p>	<p><b>14</b></p> <p>11:30～ HIITトレーニング 12:05～ すっきりストレッチ 14:15～ 週替わりレッスン</p>	<p><b>15</b></p> <p>10:25～ BeatBoxVR vol.9 14:15～ 週替わりレッスン</p>	<p><b>16</b></p> <p>13:00～ ザ・サーキット forビギナーズ 13:35～ すっきりストレッチ 14:15～ CoreControlVR vol.10 15:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>17</b></p> <p>会議室利用のため、 10:00～11:00のレッスンは休講です</p> <p>11:00～ CoreControlVR vol.11 11:45～ CoreControlVR vol.12 12:45～ BeatBoxVR vol.9 13:25～ CoreControlVR vol.6 14:15～ CoreControlVR vol.8 15:00～ BeatBoxVR vol.9 15:45～ CoreControlVR vol.4 16:30～ BeatBoxVR vol.7 19:00～ ZUMBA</p>
<p><b>18</b></p> <p>10:30～ 無料セミナー</p>	<p><b>19</b></p> <p>11:25～ BeatBoxVR vol.10 12:30～ ターゲットトレーニング 13:05～ すっきりストレッチ 13:45～ BeatBoxVR vol.5 14:30～ CoreControlVR vol.4 15:15～ CoreControlVR vol.5 16:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>20</b></p> <p>休館日</p>	<p><b>21</b></p> <p>11:30～ HIITトレーニング 12:05～ すっきりストレッチ 14:15～ 週替わりレッスン</p>	<p><b>22</b></p> <p>会議室利用の為、レッスンは休講です</p>	<p><b>23</b></p> <p>13:00～ ザ・サーキット forビギナーズ 13:35～ すっきりストレッチ 14:15～ CoreControlVR vol.10 15:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>24</b></p> <p>10:15～ CoreControlVR vol.10 11:00～ CoreControlVR vol.11 11:45～ CoreControlVR vol.12 12:45～ BeatBoxVR vol.9 13:25～ CoreControlVR vol.6 14:15～ CoreControlVR vol.8 15:00～ BeatBoxVR vol.9 15:45～ CoreControlVR vol.4 16:30～ BeatBoxVR vol.7 19:00～ ZUMBA</p>
<p><b>25</b></p>	<p><b>26</b></p> <p>11:25～ BeatBoxVR vol.10 12:30～ ターゲットトレーニング 13:05～ すっきりストレッチ 13:45～ BeatBoxVR vol.5 14:30～ CoreControlVR vol.4 15:15～ CoreControlVR vol.5 16:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>27</b></p> <p>休館日</p>	<p><b>28</b></p> <p>11:30～ HIITトレーニング 12:05～ すっきりストレッチ 14:15～ 週替わりレッスン</p>	<p><b>29</b></p> <p>10:25～ BeatBoxVR vol.9 14:15～ 週替わりレッスン</p>	<p><b>30</b></p> <p>13:00～ ザ・サーキット forビギナーズ 13:35～ すっきりストレッチ 14:15～ CoreControlVR vol.10 15:00～ BeatBoxVR vol.6</p>	<p><b>31</b></p> <p>10:15～ CoreControlVR vol.10 11:00～ CoreControlVR vol.11 11:45～ CoreControlVR vol.12 12:45～ BeatBoxVR vol.9 13:25～ CoreControlVR vol.6 14:15～ CoreControlVR vol.8 15:00～ BeatBoxVR vol.9 15:45～ CoreControlVR vol.4 16:30～ BeatBoxVR vol.7 19:00～ ZUMBA</p>