

# 会議室レッスン♪カレンダー

2026

2

February

会議室の利用等により内容及び講師が  
変更になる場合がございます



sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
1	2  11:30~ 生活筋力向上®スロートレーニング 12:15~ CoreControlVR vol.15 13:00~ CoreControlVR vol.11 13:45~ CoreControlVR vol.07 14:30~ BeatBoxVR vol.01 15:10~ CoreControlVR vol.00 15:50~ BeatBoxVR vol.02	3  <b>休館日</b>	4  11:30~ HIITトレーニング 12:05~ すっきりストレッチ	5  10:25~ BeatBoxVR vol.13 14:15~ 体幹エクササイズ	6  13:00~ ザ・サーキット forビギナーズ 13:45~ 週替わりレッスン	7  10:15~ CoreControlVR Vol.10 11:00~ CoreControlVR Vol.08 11:45~ CoreControlVR Vol.14 12:30~ BeatBoxVR Vol.13 13:15~ CoreControlVR vol.06 14:00~ CoreControlVR vol.12 14:45~ BeatBoxVR vol.06 15:30~ CoreControlVR vol.02 16:10~ BeatBoxVR vol.10
8	9  11:30~ 生活筋力向上®スロートレーニング 12:15~ CoreControlVR vol.15  <b>会議室使用の為、 13:00~のVRレッスンは休講となります</b>	10  <b>休館日</b> (元気アップ 教室)	11  <b>祝日の為、レッスンは休講です</b>	12  10:25~ BeatBoxVR vol.13 14:15~ 体幹エクササイズ	13  13:00~ ザ・サーキット forビギナーズ 13:45~ 週替わりレッスン	14  <b>第50回 香川県短水路選手権 水泳競技大会</b>
15  <b>第50回 香川県 短水路選手権 水泳競技大会</b>	16  11:30~ 生活筋力向上®スロートレーニング 12:15~ CoreControlVR vol.15  <b>会議室使用の為、 13:00~のVRレッスンは休講となります</b>	17  <b>休館日</b>	18  11:30~ HIITトレーニング 12:05~ すっきりストレッチ	19  10:25~ BeatBoxVR vol.13 14:15~ 体幹エクササイズ	20  13:00~ ザ・サーキット forビギナーズ 13:45~ 週替わりレッスン	21  10:15~ CoreControlVR Vol.10 11:00~ CoreControlVR Vol.08 11:45~ CoreControlVR Vol.14 12:30~ BeatBoxVR Vol.13 13:15~ CoreControlVR vol.06 14:00~ CoreControlVR vol.12 14:45~ BeatBoxVR vol.06 15:30~ CoreControlVR vol.02 16:10~ BeatBoxVR vol.10
22  <b>全国JOC・AJ 香川県最終予選会</b>	23  <b>10:30~ 無料健康セミナー</b>  <b>祝日の為、レッスンは休講です</b>	24  <b>休館日</b> (元気アップ 教室)	25  11:30~ HIITトレーニング 12:05~ すっきりストレッチ	26  10:25~ BeatBoxVR vol.13 14:15~ 体幹エクササイズ	27  13:00~ ザ・サーキット forビギナーズ 13:45~ 週替わりレッスン	28  10:15~ CoreControlVR Vol.10 11:00~ CoreControlVR Vol.08 11:45~ CoreControlVR Vol.14 12:30~ BeatBoxVR Vol.13 13:15~ CoreControlVR vol.06 14:00~ CoreControlVR vol.12 14:45~ BeatBoxVR vol.06 15:30~ CoreControlVR vol.02 16:10~ BeatBoxVR vol.10
				<b>会議室カレンダーは 持ち帰らないでください</b>		