

# 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

4

April

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
	<b>1</b> 11:25~12:00 BeatBoxVR vol.5 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 生活筋力向上® スロートレーニング 13:45~14:21 BeatBoxVR vol.6 14:30~15:03 CoreControlVR vol.6 15:15~16:25 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:44 CoreControlVR vol.8 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	<b>2</b> 休館日	<b>3</b> 11:30~12:10 DanceMasterVR vol.3 12:15~12:35 StretchVR 14:30~15:00 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.1 16:00~16:31 CoreControlVR vol.2 16:45~17:15 BeatBoxVR vol.1	<b>4</b> 10:25~10:59 BeatBoxVR vol.9 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 14:00~14:15 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.8 15:30~16:40 StretchVR 16:45~17:20 CoreControlVR vol.11 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.11	<b>5</b> 11:25~12:01 ThinkingYogaVR vol.1 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 14:15~14:40 CoreControlVR vol.1 17:20~17:57 CoreControlVR vol.3 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.3	<b>6</b> 10:30~11:05 CoreControlVR vol.9 11:15~11:50 CoreControlVR vol.11 12:00~12:20 StretchVR 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.4 13:30~14:02 CoreControlVR vol.3 14:15~14:51 ThinkingYogaVR vol.3 15:00~16:10 StretchVR 16:15~16:49 BeatBoxVR vol.3 17:00~17:32 CoreControlVR vol.3 17:45~18:21 ThinkingYogaVR vol.3 19:00~20:00 ZUMBA
<b>7</b>	<b>8</b> 11:25~12:00 BeatBoxVR vol.5 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 生活筋力向上® スロートレーニング 13:45~14:21 BeatBoxVR vol.6 14:30~15:03 CoreControlVR vol.6 15:15~16:25 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:44 CoreControlVR vol.8 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	<b>9</b> 休館日	<b>10</b> 11:30~12:10 DanceMasterVR vol.3 12:15~12:35 StretchVR 14:30~15:00 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.1 16:00~16:31 CoreControlVR vol.2 16:45~17:15 BeatBoxVR vol.1	<b>11</b> 10:25~10:59 BeatBoxVR vol.9 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 14:00~14:15 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.8 15:30~16:40 StretchVR 16:45~17:20 CoreControlVR vol.11 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.11	<b>12</b> 11:25~12:01 ThinkingYogaVR vol.1 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 14:15~14:40 CoreControlVR vol.1 17:20~17:57 CoreControlVR vol.3 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.3	<b>13</b> 第40回香川県SC 対抗水泳競技大会
<b>14</b> 第40回香川県SC 対抗水泳競技大会	<b>15</b> 11:25~12:00 BeatBoxVR vol.5 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 生活筋力向上® スロートレーニング 13:45~14:21 BeatBoxVR vol.6 14:30~15:03 CoreControlVR vol.6 15:15~16:25 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:44 CoreControlVR vol.8 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	<b>16</b> 休館日	<b>17</b> 11:30~12:10 DanceMasterVR vol.3 12:15~12:35 StretchVR 14:30~15:00 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.1 16:00~16:31 CoreControlVR vol.2 16:45~17:15 BeatBoxVR vol.1	<b>18</b> 10:25~10:59 BeatBoxVR vol.9 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 14:00~14:15 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.8 15:30~16:40 StretchVR 16:45~17:20 CoreControlVR vol.11 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.11	<b>19</b> 11:25~12:01 ThinkingYogaVR vol.1 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 14:15~14:40 CoreControlVR vol.1 17:20~17:57 CoreControlVR vol.3 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.3	<b>20</b> 10:30~11:05 CoreControlVR vol.9 11:15~11:50 CoreControlVR vol.11 12:00~12:20 StretchVR 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.4 13:30~14:02 CoreControlVR vol.3 14:15~14:51 ThinkingYogaVR vol.3 15:00~16:10 StretchVR 16:15~16:49 BeatBoxVR vol.3 17:00~17:32 CoreControlVR vol.3 17:45~18:21 ThinkingYogaVR vol.3 19:00~20:00 ZUMBA
<b>21</b>	<b>22</b> 11:25~12:00 BeatBoxVR vol.5 12:15~12:30 すっきりストレッチ 13:00~13:30 生活筋力向上® スロートレーニング 13:45~14:21 BeatBoxVR vol.6 14:30~15:03 CoreControlVR vol.6 15:15~16:25 StretchVR 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:44 CoreControlVR vol.8 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	<b>23</b> 休館日	<b>24</b> 11:30~12:10 DanceMasterVR vol.3 12:15~12:35 StretchVR 14:30~15:00 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.1 16:00~16:31 CoreControlVR vol.2 16:45~17:15 BeatBoxVR vol.1	<b>25</b> 10:25~10:59 BeatBoxVR vol.9 12:30~13:00 バランスボール 13:15~13:45 HIITトレーニング 14:00~14:15 すっきりストレッチ 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.8 15:30~16:40 StretchVR 16:45~17:20 CoreControlVR vol.11 17:25~18:01 ThinkingYogaVR vol.11	<b>26</b> 11:25~12:01 ThinkingYogaVR vol.1 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 14:15~14:40 CoreControlVR vol.1 17:20~17:57 CoreControlVR vol.3 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.3	<b>27</b> 10:30~11:05 CoreControlVR vol.9 11:15~11:50 CoreControlVR vol.11 12:00~12:20 StretchVR 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.4 13:30~14:02 CoreControlVR vol.3 14:15~14:51 ThinkingYogaVR vol.3 15:00~16:10 StretchVR 16:15~16:49 BeatBoxVR vol.3 17:00~17:32 CoreControlVR vol.3 17:45~18:21 ThinkingYogaVR vol.3 19:00~20:00 ZUMBA
<b>28</b>	<b>29</b> 祝日の為会議室レッスンは休講です	<b>30</b> 休館日				

●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。