

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

6

June



sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
						1 第64回香川県高校総体
2 第64回香川県高校総体	3 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 StretchVR 15:15~16:25 ThinkingYogaVR vol.7 16:30~17:06 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:44 CoreControlVR vol.8 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	4 休館日	5 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	6 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	7 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	8 10:30~11:05 CoreControlVR vol.5 11:10~11:43 CoreControlVR vol.12 11:50~12:20 StretchVR 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.5 13:25~14:00 BeatBoxVR vol.10 14:15~14:50 DanceMasterVR vol.3 15:00~16:00 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.5 17:00~17:31 CoreControlVR vol.5 17:45~18:20 ThinkingYogaVR vol.9 19:00~20:00 ZUMBA
9	10 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	11 休館日	12 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	13 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	14 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	15 中四国医療学生水泳競技大会
16 香川県中学校学年別水泳競技大会	17 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	18 休館日	19 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	20 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	21 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	22 会議室利用のため、 13:00~19:00のレッスンは休講です 10:30~11:05 CoreControlVR vol.5 11:10~11:43 CoreControlVR vol.12 11:50~12:20 StretchVR 19:00~20:00 ZUMBA
23 高松市オープン水泳競技大会 30 第54回香川県少年水泳競技大会	24 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	25 休館日	26 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	27 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	28 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	29 第54回香川県少年水泳競技大会

●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。