

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



2025 **2** February

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
						1 10:20~11:20 キッズヨガ 12:00~12:35 CoreControlVR vol.8 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.11 13:25~14:00 BeatBoxVR vol.6 14:15~14:50 DanceMasterVR vol.3 15:00~16:00 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.8 17:00~17:35 CoreControlVR vol.8 17:45~18:20 ThinkingYogaVR vol.12 19:00~20:00 ZUMBA
2	3 11:25~12:00 BeatBoxVR vol.9 12:30~13:00 ターゲットトレーニング 13:05~13:20 すっきりストレッチ 13:45~14:15 BeatBoxVR vol.3 14:30~15:00 CoreControlVR vol.4 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:05 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:45 CoreControlVR vol.4 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.5	4 休館日	5 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.5 16:00~16:30 CoreControlVR vol.6 16:45~17:20 BeatBoxVR vol.5	6 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.8 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.5 15:30~15:50 StretchVR	7 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 12:30~13:00 ザ・サーキット forビギナーズ 13:05~13:20 すっきりストレッチ 17:20~17:53 CoreControlVR vol.7 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	8 第49回香川県短水路水泳選手権大会
9 第49回香川県短水路水泳選手権大会	10 11:25~12:00 BeatBoxVR vol.9 12:30~13:00 ターゲットトレーニング 13:05~13:20 すっきりストレッチ 13:45~14:15 BeatBoxVR vol.3 14:30~15:00 CoreControlVR vol.4 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:05 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:45 CoreControlVR vol.4 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.5	11 10:30~11:30 無料健康スポーツセミナー	12 振替休館日	13 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.8 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.5 15:30~15:50 StretchVR	14 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 12:30~13:00 ザ・サーキット forビギナーズ 13:05~13:20 すっきりストレッチ 17:20~17:53 CoreControlVR vol.7 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	15 10:20~11:20 キッズヨガ 12:00~12:35 CoreControlVR vol.8 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.11 13:25~14:00 BeatBoxVR vol.6 14:15~14:50 DanceMasterVR vol.3 15:00~16:00 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.8 17:00~17:35 CoreControlVR vol.8 17:45~18:20 ThinkingYogaVR vol.12 19:00~20:00 ZUMBA
16	17 11:25~12:00 BeatBoxVR vol.9 12:30~13:00 ターゲットトレーニング 13:05~13:20 すっきりストレッチ 13:45~14:15 BeatBoxVR vol.3 14:30~15:00 CoreControlVR vol.4 15:15~16:15 StretchVR 16:30~17:05 ThinkingYogaVR vol.7 17:15~17:45 CoreControlVR vol.4 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.5	18 休館日	19 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.5 16:00~16:30 CoreControlVR vol.6 16:45~17:20 BeatBoxVR vol.5	20 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.8 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.5 15:30~15:50 StretchVR	21 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 12:30~13:00 ザ・サーキット forビギナーズ 13:05~13:20 すっきりストレッチ 17:20~17:53 CoreControlVR vol.7 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	22 10:20~11:20 キッズヨガ 12:00~12:35 CoreControlVR vol.8 12:45~13:20 BeatBoxVR vol.11 13:25~14:00 BeatBoxVR vol.6 14:15~14:50 DanceMasterVR vol.3 15:00~16:00 StretchVR 16:15~16:50 BeatBoxVR vol.8 17:00~17:35 CoreControlVR vol.8 17:45~18:20 ThinkingYogaVR vol.12 19:00~20:00 ZUMBA
23 JOC春季大会・AJ香川県最終予選会	24 祝日のためレッスンは休講です	25 休館日	26 14:15~14:45 週替わりレッスン 15:15~15:45 ThinkingYogaVR vol.5 16:00~16:30 CoreControlVR vol.6 16:45~17:20 BeatBoxVR vol.5	27 10:25~11:00 BeatBoxVR vol.8 12:30~13:00 HIITトレーニング 13:15~13:45 週替わりレッスン 14:30~15:06 ThinkingYogaVR vol.5 15:30~15:50 StretchVR	28 11:30~12:00 生活筋力向上® スロートレーニング 12:30~13:00 ザ・サーキット forビギナーズ 13:05~13:20 すっきりストレッチ 17:20~17:53 CoreControlVR vol.7 18:00~18:35 BeatBoxVR vol.7	

●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。