2026年9月21日（月）敬老の日　8/25改訂版

	ﾌﾟｰﾙ	ﾌｨｯﾄﾈｽｽﾀｼﾞｵ	ｳｪﾙﾈｽｽﾀｼﾞｵ	ｱﾘｰﾅ	
10:00					10:00
	ﾍﾞｰｼｯｸｱｸｱ 町田裕美子 10:15～10:45	ﾋﾟﾗﾃｨｽ 川崎智佳子 10:00～11:00			
11:00					11:00
		ﾊﾞﾝﾄﾞﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ 齋藤圭輔 11:10～11:40			
12:00		みんなで筋トレ 齋藤圭輔 11:50～11:20			12:00
				卓球 12:00～13:00	
13:00					13:00
14:00					14:00
15:00					15:00
16:00					16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

◆祝日の営業時間は9:00～20:00となります。
◆ﾚｯｽﾝ参加は会員区分に関係なくご参加いただけます。

550円　1,100円　フロント申込み

2026年9月22日（火）国民の休日

	ﾌﾟｰﾙ	ﾌｨｯﾄﾈｽｽﾀｼﾞｵ	ｳｪﾙﾈｽｽﾀｼﾞｵ	ｱﾘｰﾅ	
10:00					10:00
11:00					11:00
12:00					12:00
13:00					13:00
		ﾘﾄﾓｽ 柴田朱美 13:20～14:20			
14:00					14:00
15:00		すっきりﾖｶﾞ 柴田朱美 14:30～15:30			15:00
16:00					16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

◆祝日の営業時間は9:00～20:00となります。
◆ﾚｯｽﾝ参加は会員区分に関係なくご参加いただけます。

550円　1,100円　フロント申込み

2026年9月23日（水）秋分の日

	ﾌﾟｰﾙ	ﾌｨｯﾄﾈｽｽﾀｼﾞｵ	ｳｪﾙﾈｽｽﾀｼﾞｵ	ｱﾘｰﾅ	
10:00		ペア割レッスン Spine Care&Breath 柴田朱美 10:00～10:45			10:00
11:00		ﾍﾞｰｼｯｸPlus 柴田朱美 10:55～11:35	太極拳（初級） 田震 10:30～11:30		11:00
12:00			太極拳（上級） 田震 11:40～12:40		12:00
13:00					13:00
14:00					14:00
15:00					15:00
16:00					16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00					20:00

【ペア割レッスン】
対象のレッスンに2本まとめて550円で
ご参加いただけます！

※1レッスン参加の場合は550円となります。
※クービックのご予約は2本まとめて
ご予約いただけます。

◆祝日の営業時間は9:00～20:00となります。
◆ﾚｯｽﾝ参加は会員区分に関係なくご参加いただけます。

550円　1,100円　フロント申込み