

2025年



営業スケジュール

各日下段に無料教室のご案内しています。
ご参加をお待ちしております。

月	火	水	木	金	土	日
				1 体幹力アップ教室 13:00～13:20	2 健康体操教室 9:30～9:50	3 体幹力アップ教室 9:30～9:50
4 健康体操教室 12:30～12:50 ゆっくりストレッチ 17:30～17:50	5 ゆっくりストレッチ 9:30～9:50 体幹力アップ教室 18:00～18:20	6 健康体操教室 10:30～10:50 全身筋力アップ教室 18:30～18:50	7 休館日	8 Gテラスで 楽しく！ ラジオ体操 体幹力アップ教室 13:00～13:20	9 ぎふ長良川 花火大会 健康体操教室 9:30～9:50	10 体幹力アップ教室 9:30～9:50
11 (祝) 山の日 営業時間 17:00まで 健康体操教室 12:30～12:50	12 ゆっくりストレッチ 9:30～9:50 体幹力アップ教室 18:00～18:20	13 健康体操教室 10:30～10:50 全身筋力アップ教室 18:30～18:50	14 休館日	15 体幹力アップ教室 13:00～13:20	16 ウゴエク 健康体操教室 9:30～9:50	17 ウゴエク 体幹力アップ教室 9:30～9:50
18 ウゴエク 健康体操教室 12:30～12:50 ゆっくりストレッチ 17:30～17:50	19 ゆっくりストレッチ 9:30～9:50 体幹力アップ教室 18:00～18:20	20 健康体操教室 10:30～10:50 全身筋力アップ教室 18:30～18:50	21 zaRitz(ザ リッツ) 測定会 休館日	22 Gテラスで 楽しく！ ラジオ体操 体幹力アップ教室 13:00～13:20	23 健康体操教室 9:30～9:50	24 体幹力アップ教室 9:30～9:50
25 健康体操教室 12:30～12:50 ゆっくりストレッチ 17:30～17:50	26 ゆっくりストレッチ 9:30～9:50 体幹力アップ教室 18:00～18:20	27 健康体操教室 10:30～10:50 全身筋力アップ教室 18:30～18:50	28 休館日	29 ウゴエク 体幹力アップ教室 13:00～13:20	30 健康体操教室 9:30～9:50	31 ウゴエク 体幹力アップ教室 9:30～9:50



ウゴクテ
UGOKUTE

