

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 InBody測定会 クアオルト 健康ウォーキング わくわく+ウォーク (金華山コース) 健康体操 9:30~9:50	2 InBody測定会 クアオルト 健康ウォーキング わくわく+ウォーク (金公園コース) 体幹力アップ教室 9:30~9:50
3 (祝) 文化の日 InBody測定会 営業時間 17:00まで 健康体操 12:30~12:50	4 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	5 健康体操 10:30~10:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50	6 クアオルト 健康ウォーキング (百ヶ峰コース) 休館日	7 InBody測定会 体幹力アップ教室 13:00~13:20	8 健康体操 9:30~9:50	9 クアオルト 健康ウォーキング (金華山コース) 体幹力アップ教室 9:30~9:50
10 健康体操 12:30~12:50 ゆっくりストレッチ 17:30~17:50	11 クアオルト 健康ウォーキング (梅林公園コース) 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	12 健康体操 10:30~10:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50	13 休館日	14 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	15 健康体操 9:30~9:50	16 クアオルト 健康ウォーキング (金華山コース) 体幹力アップ教室 9:30~9:50
17 健康体操 12:30~12:50 ゆっくりストレッチ 17:30~17:50	18 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	19 健康体操 10:30~10:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50	20 クアオルト 健康ウォーキング (金公園コース) zaRitz(ザリッツ) 測定会 マルディックウォーキング 休館日	21 体幹力アップ教室 13:00~13:20	22 ぎふ健康フェスタ秋 健康体操 9:30~9:50	23 (祝) 勤労感謝の日 ぎふ健康フェスタ秋 クアオルト 健康ウォーキング (百ヶ峰コース) 体幹力アップ教室 9:30~9:50
24 (振替休日) ぎふ健康フェスタ秋 営業時間 17:00まで 健康体操 12:30~12:50	25 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	26 健康体操 10:30~10:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50	27 クアオルト 健康ウォーキング (金華山コース) 休館日	28 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	29 健康体操 9:30~9:50	30 クアオルト 健康ウォーキング (百ヶ峰コース) 体幹力アップ教室 9:30~9:50

