

2026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
<p>熱中症に 気をつけよう!</p>		<p>1</p> <p>InBody測定会</p> <p>健康体操 12:30~12:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50</p>	<p>2</p> <p>休館日</p>	<p>3</p> <p>あさのけんこうたいそう</p> <p>ゆっくりストレッチ 9:10~9:30 体幹力アップ教室 14:30~14:50</p>	<p>4</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>5</p> <p>体幹力アップ教室 9:30~9:50</p>
		InBody測定会		InBody測定会		
<p>6</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>7</p> <p> 七夕</p> <p>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</p>	<p>8</p> <p>InBody測定会</p> <p>健康体操 12:30~12:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50</p>	<p>9</p> <p>休館日</p>	<p>10</p> <p>あさのけんこうたいそう</p> <p>ゆっくりストレッチ 9:10~9:30 体幹力アップ教室 14:30~14:50</p>	<p>11</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>12</p> <p>ぎふ健康 フェスタ夏</p> <p>体幹力アップ教室 9:30~9:50</p>
<p>13</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>14</p> <p>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</p>	<p>15</p> <p>健康体操 12:30~12:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50</p>	<p>16</p> <p>zaRitz(ザリッツ) 測定会</p> <p>休館日</p>	<p>17</p> <p>あさのけんこうたいそう</p> <p>ゆっくりストレッチ 9:10~9:30 体幹力アップ教室 14:30~14:50</p>	<p>18</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>19</p> <p>体幹力アップ教室 9:30~9:50</p>
<p>20</p> <p>(祝) 海の日</p> <p>営業時間 17:00まで</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>21</p> <p>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</p>	<p>22</p> <p>健康体操 12:30~12:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50</p>	<p>23</p> <p>休館日</p>	<p>24</p> <p>あさのけんこうたいそう</p> <p>ゆっくりストレッチ 9:10~9:30 体幹力アップ教室 14:30~14:50</p>	<p>25</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>26</p> <p>体幹力アップ教室 9:30~9:50</p>
<p>27</p> <p>健康体操 12:00~12:20</p>	<p>28</p> <p>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</p>	<p>29</p> <p>健康体操 12:30~12:50 全身筋力アップ教室 18:30~18:50</p>	<p>30</p> <p>休館日</p>	<p>31</p> <p>あさのけんこうたいそう</p> <p>ゆっくりストレッチ 9:10~9:30 体幹力アップ教室 14:30~14:50</p>		

