

# 2026年8月～2026年11月 フィットネススクール カレンダー

## 8月

●保守点検日：8/26(水)

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
	月_リズム体操① カタヨガ①	リズム体操① マットピラティス①	はじめてヨガ① ボディバランスヨガ① 水_リズム体操①	健康体操① からだすっきりヨガ① ZUMBA①	簡単筋力トレーニング① WORK OUT①	
9	10	11	12	13	14	15
	月_リズム体操② カタヨガ②	リズム体操② マットピラティス②	はじめてヨガ② ボディバランスヨガ② 水_リズム体操②	健康体操② からだすっきりヨガ② ZUMBA②	簡単筋力トレーニング② WORK OUT②	
16	17	18	19	20	21	22
	月_リズム体操③ カタヨガ③	リズム体操③ マットピラティス③	はじめてヨガ③ ボディバランスヨガ③ 水_リズム体操③	健康体操③ からだすっきりヨガ③ ZUMBA③	簡単筋力トレーニング③ WORK OUT③	
23	24	25	26	27	28	29
	月_リズム体操④ カタヨガ④	リズム体操④ マットピラティス④	健康体操④ からだすっきりヨガ④ ZUMBA④	簡単筋力トレーニング④ WORK OUT④		
30	31					
	フィットネス スクール休講					

## 9月

●保守点検日：9/23(水)

●9/29(火)～10/3(土)はプール水抜きのため休館いたします

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		リズム体操① マットピラティス①	はじめてヨガ① ボディバランスヨガ① 水_リズム体操①	健康体操① からだすっきりヨガ① ZUMBA①	簡単筋力トレーニング① WORK OUT①	
6	7	8	9	10	11	12
	月_リズム体操② カタヨガ②	リズム体操② マットピラティス②	はじめてヨガ② ボディバランスヨガ② 水_リズム体操②	健康体操② からだすっきりヨガ② ZUMBA②	簡単筋力トレーニング② WORK OUT②	
13	14	15	16	17	18	19
	月_リズム体操③ カタヨガ③	リズム体操③ マットピラティス③	はじめてヨガ③ ボディバランスヨガ③ 水_リズム体操③	健康体操③ からだすっきりヨガ③ ZUMBA③	簡単筋力トレーニング③ WORK OUT③	
20	21	22	23	24	25	26
	月_リズム体操④ カタヨガ④	リズム体操④ マットピラティス④	健康体操④ からだすっきりヨガ④ ZUMBA④	簡単筋力トレーニング④ WORK OUT④		
27	28	29	30			
	月_リズム体操④ カタヨガ④	健康体操④ からだすっきりヨガ④ ZUMBA④	簡単筋力トレーニング④ WORK OUT④			

## 10月

●9/29(火)～10/3(土)はプール水抜きのため休館いたします

●保守点検日：10/28(水)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				健康体操① からだすっきりヨガ① ZUMBA①	簡単筋力トレーニング① WORK OUT①	休館日
4	5	6	7	8	9	10
	月_リズム体操① カタヨガ①	リズム体操① マットピラティス①	はじめてヨガ① ボディバランスヨガ① 水_リズム体操①	健康体操① からだすっきりヨガ① ZUMBA①	簡単筋力トレーニング① WORK OUT①	
11	12	13	14	15	16	17
	月_リズム体操② カタヨガ②	リズム体操② マットピラティス②	はじめてヨガ② ボディバランスヨガ② 水_リズム体操②	健康体操② からだすっきりヨガ② ZUMBA②	簡単筋力トレーニング② WORK OUT②	
18	19	20	21	22	23	24
	月_リズム体操③ カタヨガ③	リズム体操③ マットピラティス③	はじめてヨガ③ ボディバランスヨガ③ 水_リズム体操③	健康体操③ からだすっきりヨガ③ ZUMBA③	簡単筋力トレーニング③ WORK OUT③	
25	26	27	28	29	30	31
	月_リズム体操④ カタヨガ④	リズム体操④ マットピラティス④	健康体操④ からだすっきりヨガ④ ZUMBA④	簡単筋力トレーニング④ WORK OUT④		

## 11月

●保守点検日：11/25(水)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	月_リズム体操① カタヨガ①	リズム体操① マットピラティス①	はじめてヨガ① ボディバランスヨガ① 水_リズム体操①	健康体操① からだすっきりヨガ① ZUMBA①	簡単筋力トレーニング① WORK OUT①	
8	9	10	11	12	13	14
	月_リズム体操② カタヨガ②	リズム体操② マットピラティス②	はじめてヨガ② ボディバランスヨガ② 水_リズム体操②	健康体操② からだすっきりヨガ② ZUMBA②	簡単筋力トレーニング② WORK OUT②	
15	16	17	18	19	20	21
	月_リズム体操③ カタヨガ③	リズム体操③ マットピラティス③	はじめてヨガ③ ボディバランスヨガ③ 水_リズム体操③	健康体操③ からだすっきりヨガ③ ZUMBA③	簡単筋力トレーニング③ WORK OUT③	
22	23	24	25	26	27	28
	月_リズム体操④ カタヨガ④	リズム体操④ マットピラティス④	健康体操④ からだすっきりヨガ④ ZUMBA④	簡単筋力トレーニング④ WORK OUT④		
29	30					
	フィットネス スクール休講					