

2025年 8月

月	火	水	木	金	土	日
	7/29 ①	7/30 ①	7/31 ①	1 ①	2 ●	3 ✿
	参加費支払日					
4	5 ②	6 ②	7 ②	8 ②	9 ①	10
				参加費支払日		
11	12 休講	13	14	15	16	17
	開館日					
18	19 ③	20 ③	21 ③	22 ③	23 ②	24
		8月の変更 退講				
25	26 ④	27 ④	28 ④	29 ④	30 ●	31
	※健康トレーニング 休講					

9月

月	火	水	木	金	土	日
1	2 ①	3 ①	4 ①	5 ①	6 ①	7
	参加費支払日					
8	9 ②	10 ②	11 ②	12 ②	13 ●	14 ✿
15	16 ③	17 ③	18 ③	19 ③	20	21
	開館日				9月の変更 退講	
22	23 ④	24 ④	25 ④	26 ④	27 ②	28
	※リフレッシュダンス のみ開講					
29	30 ①	※ 9/23(火)はリフレッシュダンスのみ開講となります。 他火曜日健康教室は休講の為、9月度は3回となります。				
	参加費支払日					

10月

月	火	水	木	金	土	日
	9/30 ①	1 ①	2 ①	3 ①	4 ●	5 ✿
	参加費支払日					
6	7 ②	8 ②	9 ②	10 ②	11 ①	12
				参加費支払日		
13	14 ③	15 ③	16 ③	17 ③	18 ●	19
	開館日		※ピラティス休講			
20	21 ④	22 ④	23 ④	24 ④	25 ②	26
	10月の変更 退講					
27	28 ①	29 ①	30 ①	31 ①		
	参加費支払日					

※10/28～の週は11月度の1回目になります。

11月

月	火	水	木	金	土	日
	10/28 ①	10/29 ①	10/30 ①	10/31 ①	1 ●	2 ✿
	参加費支払日					
3	4 ②	5 ②	6 ②	7 ②	8 ①	9
	開館日				参加費支払日	
10	11 ③	12 ③	13 ③	14 ③	15 ●	16
17	18 ④	19 ④	20 ④	21 ④	22	23
			11月の変更 退講			
24	25 ①	26 ①	27 ①	28 ①	29 ②	30
	開館日	参加費支払日				

※11/25～の週は12月度の1回目になります。

◆ 隔週木曜日 ハタヨガ

◀ 隔週金曜日 キャンドルヨガ

✿ 月1回日曜日 ノルディックウォーキング&ポールエクササイズ教室

※8月3日(日)は猛暑特別企画「ウォーキングのための脚ストレッチ」開催

● 毎週土曜日 キッズダンス (土曜日に開催できない場合は金曜日夜に行います。)

※ 8/12(火)～8/16(土)はお盆休みの為、教室は休講となります。

※ 8/26(火)健康トレーニング休講(8月度は3回) ※ 10/16(木)ピラティス休講(10月度は3回)