

2025年 8月

フィットネスつくも【サービスデー】【教室】カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					¹ ●健康アップ体操 10:00～ ●卓球 13:00～	² <u>レディースデー</u>
³	⁴	⁵ 休	⁶ <u>シルバーデー</u> ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	⁷ enjoy ! night 18:30～	⁸ 健康アップ体操 10:00～	⁹
¹⁰ <u>メンズデー</u>	¹¹	¹² 休	¹³ ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	¹⁴ enjoy ! night 18:30～	¹⁵ <u>レディースデー</u> 健康アップ体操 10:00～	¹⁶
¹⁷	¹⁸ <u>シルバーデー</u>	¹⁹ 休	²⁰ ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	²¹ enjoy ! Night 18:30～	²² ●健康アップ体操 10:00～ ●卓球 13:00～	²³
²⁴	²⁵	²⁶ 休	²⁷ ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	²⁸ <u>メンズデー</u> enjoy ! Night 18:30～	²⁹ 健康アップ体操 10:00～	³⁰
³¹						