

2026年 1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 休	2 休	3 休
4 休	5 <u>メンズデー</u>	6 休	7 ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	8 enjoy ! night 18:30～	9 健康アップ体操 10:00～	10 <u>シルバーデー</u>
11	12 <u>レディースデー</u>	13 休	14 ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	15 enjoy ! night 18:30～	16 健康アップ体操 10:00～	17
18	19 <u>メンズデー</u>	20 休	21 ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	22 enjoy ! night 18:30～	23 ●健康アップ体操 10:00～ ●卓球 13:00～	24 <u>シルバーデー</u>
25	26 <u>レディースデー</u>	27 休	28 ●卓球 13:00～ ●初心者enjoynight 18:30～	29 enjoy ! night 18:30～	30 健康アップ体操 10:00～	31