

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