

フィットネスつくも サービスデー&サークル&教室カレンダー

# 2022年 7月

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