

7月 プログラム代行表

2026.7.10更新

日付	曜日	時間	プログラム名	代行者
1	水			
2	木			
3	金	13:00	太極拳	休講
4	土	11:00	ストリートダンス	休講
5	日			
6	月			
7	火	11:35	かんたんストリートダンス	休講
8	水			
9	木	12:00 19:30	アクアエアロ ピラティス⇒VR(OXIGENO)	小原
10	金	休 館 日		
11	土	11:00	ストリートダンス	休講
12	日			
13	月	9:55 19:30	エナジームーブ アクアエアロ	櫛田 長尾
14	火	11:35	かんたんストリートダンス	休講
15	水			

7月 プログラム代行表

2026.7.10更新

日付	曜日	時間	プログラム名	代行者
16	木	12:00	アクアエアロ	小原
		14:25	FIGHT DO	Motoshi
		19:30	アクアエアロ	長尾
17	金			
18	土	11:00	ストリートダンス	休講
19	日			
20	月	休 館 日		
21	火	11:35	かんたんストリートダンス	休講
22	水			
23	木	14:25	FIGHT DO	Motoshi
24	金	11:05	ベーシックヨガ	佐藤
25	土	11:00	ストリートダンス	休講
		14:00	フィットネスパワーヨガ	結城
26	日			
27	月			
28	火	11:35	かんたんストリートダンス	休講
29	水			
30	木	14:25	FIGHT DO	Motoshi
31	金	休 館 日		