

9月 プログラム代行表

2026.9.20 更新

日付	曜日	時間	プログラム名	代行者
16	水			
17	木	14:25	FIGHT DO	Motoshi
18	金			
19	土			
20	日	休 館 日		
21	月			
22	火			
23	水			
24	木	14:25	FIGHT DO	Motoshi
25	金			
26	土			
27	日			
28	月	13:15	35min動 ⇒ ラディカルエアロ	VR
		14:00	シンプルステップ ⇒ ラディカルステップ	VR
29	火			
30	水	休 館 日		

10月 プログラム代行表

2026.9.20 更新

日付	曜日	時間	プログラム名	代行者
1	木	14:25	FIGHT DO	Motoshi
2	金			
3	土			
4	日			
5	月			
6	火			
7	水			
8	木	14:25	FIGHT DO	Motoshi
9	金			
10	土	休 館 日		
11	日	12:00	ピラティス ➡ ヨガ	瀧
		13:05	ファンムーブ	瀧
		14:00	コアコンディショニング	瀧
12	月			
13	火			
14	水			
15	木	12:00	アクアエアロ	休講