

2026年 成人ピラティススクール スケジュール

<担当> 火 阿閉 / 水 川口 / 土 週替わり(阿閉・堀内)

1月

<1月使用ツール> 火:ストレッチーズ、水:自重 土:ストレッチーズ(阿閉)、バンド(堀内)						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				休館日	休館日	休館日
4	5	6 10:15~ 19:15~	7	8	9	10 休館日
11	12 祝日営業	13 10:15~ 19:15~	14 19:15~	15	16	17 11:30~ 担当:堀内
18	19	20 休館日	21 19:15~	22	23	24 11:30~ 担当:堀内
25	26	27 10:15~ 19:15~	28 19:15~	29	30	31 休館日

2月

<2月使用ツール> 火:大ボール、水:自重 土:大ボール						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 10:15~ 19:15~	4 19:15~	5	2/7は1月度の レッスンとなります。	7 11:30~ 担当:阿閉
8	9	10 休館日	11 祝日営業	12	13	14 11:30~ 担当:堀内
15	16	17 10:15~ 19:15~	18 19:15~	19	20 休館日	21 11:30~ 担当:阿閉
22	23 祝日営業	24 10:15~ 19:15~	25 19:15~	26	27	28 休館日

3月

<3月使用ツール> 火:自重、水:自重、土:自重						
日	月	火	水	木	金	土
1	3/3の10:15のクラスは 堀内が代行します。	3 10:15~ 19:15~	4 19:15~	5	3/7は2月度の レッスンとなります。	7 11:30~ 担当:阿閉
8	9	10 休館日	11 19:15~	12	13	14 11:30~ 担当:阿閉
15	16	17 10:15~ 19:15~	18	19	20 休館日	21 11:30~ 担当:堀内
22	23	24 10:15~ 19:15~	25 19:15~	26	27	28 11:30~ 担当:堀内
29	30	31 休館日				

「休館日」

- ・毎月10日・20日・月末最終日は休館日です。
- ・休館日は手続き等できませんのでご了承下さい。

「届出等」

- ・休会→前月の10日までの受付となります。(休会費¥1,100)
- ・退会→当月の10日までの受付となります。
- ・コース変更→前月末日までの受付となります。(手数料¥330)
- ※各種手続きは、フロントで受付。休会・退会は、HPでも受付しております。

「振替制度」

- 何らかの理由により、練習を欠席された場合は、振替として別のクラスに参加することができます。
- ・振替は月1回まで利用できます。(週2回コースは2回まで)
- ・振替期間は翌月末までとなります。
- ・お休みまたは振替を希望される場合は、プログラム開始前までに電話にてご連絡下さい。

2026年 成人スイミングスクール スケジュール

1月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				休館日	休館日	休館日
4	5 14:00~ 担当: 竹沢	6 13:00・19:00 担当: 今井・有井	7	8 12:45~ 担当: 有井	9	10 休館日
11	12 14:00~ 担当: 竹沢	13 13:00・19:00 担当: 今井・有井	14	15 12:45~ 担当: 有井	16	17
18	19 14:00~ 担当: 竹沢	20 休館日	21	22 12:45~ 担当: 有井	23	24
25	26	27 13:00・19:00 担当: 今井・有井	28	29	30	31 休館日

2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 14:00~ 担当: 竹沢	3 13:00・19:00 担当: 今井・有井	4	5 12:45~ 担当: 有井	6	7
8	9 14:00~ 担当: 竹沢	10 休館日	11 祝日営業	12 12:45~ 担当: 有井	13	14
15	16	17 13:00・19:00 担当: 今井・有井	18	19 12:45~ 担当: 有井	20 休館日	21
22	23 14:00~ 担当: 竹沢	24 13:00・19:00 担当: 今井・有井	25	26	27	28 休館日

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 14:00~ 担当: 竹沢	3 13:00・19:00 担当: 今井・有井	4	5 12:45~ 担当: 有井	6	7
8	9 14:00~ 担当: 竹沢	10 休館日	11	12 12:45~ 担当: 有井	13	14
15	16 14:00~ 担当: 竹沢	17 13:00・19:00 担当: 今井・有井	18	19 12:45~ 担当: 有井	20 休館日	21
22	23	24 13:00・19:00 担当: 今井・有井	25	26	27	28
29	30	31 休館日				

「休館日」
・毎月10日・20日・月末最終日は休館日です。
「届出等」
・休会→前月の10日までの受付となります。(休会費¥1,100)
・退会→当月の10日までの受付となります。
(休会・退会はHPらのお手続き受付いたしております)
・コース変更→前月末日営業日までの受付となります。(手数料¥330)
※退会手続きのみ電話ではお受けできませんので
会員証と印鑑を持参のうえ、届出をご提出下さい。

「振替制度」
何らかの理由により、練習を欠席された場合は、振替として別のクラスに参加することができます。
・振替は月1回まで利用できます。(週2回コースは2回まで)
・振替期間は翌月末までとなります。
・お休みまたは振替を希望される場合は、プログラム開始前までに
お電話にてご連絡下さい。