

2026年の新年はシムレッスンでスタート！

1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1	2	3	4
				休館日	休館日	
5	6	7	8	9	10	11
脂肪燃焼				TRX	パワー	
12	13	14	15	16	17	18
休館日				TRX	パワー	
19	20	21	22	23	24	25
コア				脂肪燃焼	TRX	
26	27	28	29	30	31	
コア				脂肪燃焼		

