

2026年 2月 フレンドレッスンスケジュール

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

<p>1</p> <p>×</p>	<p>2</p> <p>有料</p> <p>ZUMBA 10:00</p> <p>ストレッチ 16:00</p>	<p>3</p> <p>ピラティス 9:30</p> <p>ピラティス 11:00</p>	<p>4</p> <p>一日 林田店常駐</p> <p>【林田店】</p> <p>ストレッチ 10:30</p> <p>ストレッチ 15:00</p>	<p>5</p> <p>ストレッチ 11:00</p>	<p>6</p> <p>午後 林田店常駐</p> <p>ゆる HIIT 9:30</p> <p>ゆる HIIT 11:00</p> <p>【林田店】フットセラピー 15:00</p> <p>有料 ZUMBA 20:15</p>	<p>7</p> <p>×</p>
<p>8</p> <p>林田店 天狗祭り</p>	<p>9</p> <p>有料</p> <p>ZUMBA 10:00</p> <p>ストレッチ 16:00</p>	<p>10</p> <p>ピラティス 9:30</p> <p>ピラティス 11:00</p>	<p>11</p> <p>ストレッチ 10:00</p> <p>ストレッチ 16:00</p>	<p>12</p> <p>午後 林田店常駐</p> <p>【林田店】</p> <p>美ューティ 15:00</p>	<p>13</p> <p>午後 林田店常駐</p> <p>フットセラピー 9:30</p> <p>ゆる HIIT 11:00</p> <p>【林田店】フットセラピー 15:00</p> <p>有料 ZUMBA 20:15</p>	<p>14</p> <p>中央店 無料開放デイ</p> <p>午前 林田店常駐</p> <p>【林田店】</p> <p>美ューティ 10:30</p>
<p>15</p> <p>×</p>	<p>16</p> <p>ストレッチ 10:00</p>	<p>17</p> <p>ピラティス 9:30</p> <p>ピラティス 11:00</p>	<p>18</p> <p>HIIT 11:00</p>	<p>19</p> <p>HIIT 16:00</p>	<p>20</p> <p>午後 林田店常駐</p> <p>ゆる HIIT 9:30</p> <p>ゆる HIIT 11:00</p> <p>【林田店】フットセラピー 15:00</p> <p>有料 ZUMBA 20:15</p>	<p>21</p> <p>午前 林田店常駐</p> <p>【林田店】</p> <p>ゆる HIIT 10:30</p>
<p>22</p> <p>×</p>	<p>23</p> <p>有料</p> <p>ZUMBA 10:00</p> <p>ストレッチ 16:00</p>	<p>24</p> <p>ピラティス 9:30</p> <p>ピラティス 11:00</p>	<p>25</p> <p>一日 林田店常駐</p> <p>【林田店】</p> <p>ストレッチ 10:00</p> <p>手芸 11:00 (ニードルフェルト)</p> <p>14:00</p>	<p>26</p> <p>手芸 10:00 (ニードルフェルト)</p> <p>16:00</p>	<p>27</p> <p>午後 林田店常駐</p> <p>フットセラピー 9:30</p> <p>ゆる HIIT 11:00</p> <p>【林田店】フットセラピー 15:00</p> <p>有料 ZUMBA 20:15</p>	<p>28</p> <p>林田店 無料開放デイ</p>