

2026年 6月 フレンドレッスンスケジュール

SUN MON TUE WED THU FRI SAT

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1 ストレッチ 10:00	2 ピラティス 9:30 ピラティス 11:00 有料 ZUMBA 18:00	3 一日 林田店常駐 【林田店】ゆる HIIT 10:30 ゆる HIIT 15:00 有料 ZUMBA 13:40	4 ストレッチ 10:00	5 午後 林田店常駐 美ューティ 9:30 ゆる HIIT 11:00 【林田店】フットセラピー 15:00 有料 ZUMBA 20:15	6 午前 林田店常駐 【林田店】ストレッチ 10:30
7 ×	8 有料 ZUMBA 10:00 ストレッチ 11:00	9 午後 林田店常駐 ピラティス 9:30 ピラティス 11:00 【林田店】美ューティ 15:00 有料 ZUMBA 18:00	10 午前 林田店常駐 【林田店】美ューティ 10:30 有料 ZUMBA 13:40	11 ストレッチ 16:00	12 午後 林田店常駐 フットセラピー 9:30 ゆる HIIT 11:00 【林田店】フットセラピー 15:00 有料 ZUMBA 20:15	13 ×
14 ×	15 有料 ZUMBA 10:00 ストレッチ 11:00	16 ピラティス 9:30 ピラティス 11:00 有料 ZUMBA 18:00	17 午前 林田店常駐 【林田店】ストレッチ 10:30 有料 ZUMBA 13:40 ストレッチ 15:30	18 一日 林田店常駐 【林田店】ゆる HIIT 10:30 ゆる HIIT 15:00	19 午後 林田店常駐 ゆる HIIT 9:30 ゆる HIIT 11:00 【林田店】フットセラピー 15:00 有料 ZUMBA 20:15	20 中央店 無料開放デイ
21 ×	22 ストレッチ 10:00	23 ピラティス 9:30 ピラティス 11:00 有料 ZUMBA 18:00	24 一日 林田店常駐 【林田店】ストレッチ 10:00 手芸 11:00 14:00 有料 ZUMBA 13:40	25 手芸 10:00 14:00 16:00	26 午後 林田店常駐 フットセラピー 9:30 ゆる HIIT 11:00 【林田店】フットセラピー 15:00 有料 ZUMBA 20:15	27 ×
28 ×	29 有料 ZUMBA 10:00 ストレッチ 11:00	30 ピラティス 9:30 ピラティス 11:00 有料 ZUMBA 18:00				