

2026年

1月のスケジュール(^o^)※アはアソカ幼稚園(^o^)/

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4 エアロ 16:00~18:00	5 ア	6 体 17:00~18:00 エ 18:00~20:00	7 エ 17:00~18:00	8 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	9 エ 18:00~20:00 大人 18:00~18:50	10 体 15:00~16:00 エ 16:00~17:30 ~18:00
11 エアロ 16:00~18:00	12 ×	13 体 17:00~18:00 エ 18:00~20:00	14 エ 17:00~18:00	15 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	16 エ 18:00~20:00 大人 18:00~18:50	17 体 15:00~16:00 エ 16:00~17:30 ~18:00
18 エアロ 16:00~18:00	19 ア	20 体 17:00~18:00 エ 18:00~20:00	21 エ 17:00~18:00	22 体 16:30~17:30 エ 17:30~18:30	23 エ 18:00~20:00 大人 18:00~18:50	24 体 × エ ×
25 お休み	26 ×	27 体 × エ 18:00~20:00	28 エ 17:00~18:00	29 体 × エ 17:30~18:30	30 エ 18:00~20:00 大人 ×	31 体 15:00~16:00 エ 16:00~17:30 ~18:00

※2026年スタートです。楽しく、明るい笑顔がたくさん見れますように☆

※ホアシフィットネス Instagram 更新中(練習風景などを掲載)フォローお願いいいたします。

尚、顔出NGの方はお知らせください。 以上、よろしくお願いいいたします。(^^)/