

令和7年度

## 12月ワンデーレッスン抽選カレンダー

日付	曜日	ワンデーレッスン	申込期間	結果公開日	定員	保育
12月1日	月	ラージボール卓球 9:30~	11/24 ~ 11/27	11/29	24	☆
12月1日	月	エレガンストレッチ 10:00~	11/24 ~ 11/27	11/29	40	☆
12月1日	月	さわやか気功 13:30~	11/24 ~ 11/27	11/29	35	
12月2日	火	ピラティス 9:30~	11/25 ~ 11/28	11/30	60	☆
12月2日	火	ボクシングエクササイズ 10:45~	11/25 ~ 11/28	11/30	60	☆
12月2日	火	ジョギング 10:00~	11/25 ~ 11/28	11/30	30	☆
12月2日	火	アーチェリー 18:30~	11/25 ~ 11/28	11/30	10	
12月2日	火	のんびりヨーガ 19:00~	11/25 ~ 11/28	11/30	40	
12月3日	水	シルバースポーツランド 10:00~	11/26 ~ 11/29	12/1	50	
12月3日	水	バドミントン 19:00~	11/26 ~ 11/29	12/1	30	
12月3日	水	きままなエアロ 18:45~	11/26 ~ 11/29	12/1	60	
12月3日	水	ピラティス 20:00~	11/26 ~ 11/29	12/1	60	
12月4日	木	きままなエアロ 9:30~	11/27 ~ 11/30	12/2	60	☆
12月4日	木	パワーヨガ 10:45~	11/27 ~ 11/30	12/2	60	☆
12月4日	木	のんびりヨーガ 13:30~	11/27 ~ 11/30	12/2	40	
12月5日	金	のんびりヨーガ 10:00~	11/28 ~ 12/1	12/3	80	
12月5日	金	アクアフィットネス 13:00~	11/28 ~ 12/1	12/3	15	
12月5日	金	アクアピクス19:40~ <span style="background-color: red; color: white; padding: 2px 5px;">New</span>	11/28 ~ 12/1	12/3	20	
12月5日	金	弓道 18:30~	11/28 ~ 12/1	12/3	10	
12月6日	土	きままなエアロ 18:45~	11/29 ~ 12/2	12/4	60	
12月6日	土	ボディコンディショニング 20:00~	11/29 ~ 12/2	12/4	60	
12月8日	月	卓球 9:30~	12/1 ~ 12/4	12/6	32	☆
12月8日	月	エレガンストレッチ 10:00~	12/1 ~ 12/4	12/6	40	☆
12月8日	月	さわやか気功 13:30~	12/1 ~ 12/4	12/6	35	
12月9日	火	ピラティス 9:30~	12/2 ~ 12/5	12/7	60	☆
12月9日	火	ボクシングエクササイズ 10:45~	12/2 ~ 12/5	12/7	60	☆
12月9日	火	ジョギング 10:00~	12/2 ~ 12/5	12/7	30	☆
12月9日	火	のんびりヨーガ 19:00~	12/2 ~ 12/5	12/7	40	
12月10日	水	シルバースポーツランド 10:00~	12/3 ~ 12/6	12/8	50	
12月10日	水	バドミントン 19:00~	12/3 ~ 12/6	12/8	30	
12月10日	水	きままなエアロ 18:45~	12/3 ~ 12/6	12/8	60	
12月10日	水	ピラティス 20:00~	12/3 ~ 12/6	12/8	60	

日付	曜日	ワンデーレッスン	申込期間	結果公開日	定員	保育
12月11日	木	きままなエアロ 9:30~	12/4 ~ 12/7	12/9	60	☆
12月11日	木	パワーヨガ 10:45~	12/4 ~ 12/7	12/9	60	☆
12月11日	木	のんびりヨーガ 13:30~	12/4 ~ 12/7	12/9	40	
12月12日	金	のんびりヨーガ 10:00~	12/5 ~ 12/8	12/10	80	
12月12日	金	アクアフィットネス 13:00~	12/5 ~ 12/8	12/10	15	
12月12日	金	弓道 18:30~	12/5 ~ 12/8	12/10	10	
12月13日	土	きままなエアロ 18:45~	12/6 ~ 12/9	12/11	60	
12月13日	土	ボディコンディショニング 20:00~	12/6 ~ 12/9	12/11	60	
12月16日	火	ピラティス 9:30~	12/9 ~ 12/12	12/14	60	☆
12月16日	火	ボクシングエクササイズ 10:45~	12/9 ~ 12/12	12/14	60	☆
12月16日	火	ジョギング 10:00~	12/9 ~ 12/12	12/14	30	☆
12月16日	火	アーチェリー 18:30~	12/9 ~ 12/12	12/14	10	
12月16日	火	のんびりヨーガ 19:00~	12/9 ~ 12/12	12/14	40	
12月17日	水	シルバースポーツランド 10:00~	12/10 ~ 12/13	12/15	50	
12月17日	水	バドミントン 19:00~	12/10 ~ 12/13	12/15	30	
12月17日	水	きままなエアロ 18:45~	12/10 ~ 12/13	12/15	60	
12月17日	水	ピラティス 20:00~	12/10 ~ 12/13	12/15	60	
12月18日	木	きままなエアロ 9:30~	12/11 ~ 12/14	12/16	60	☆
12月18日	木	パワーヨガ 10:45~	12/11 ~ 12/14	12/16	60	☆
12月18日	木	のんびりヨーガ 13:30~	12/11 ~ 12/14	12/16	40	
12月19日	金	のんびりヨーガ 10:00~	12/12 ~ 12/15	12/17	80	
12月19日	金	アクアピクス19:40~ <span style="background-color: red; color: white; padding: 2px 5px;">New</span>	12/12 ~ 12/15	12/17	20	
12月22日	月	ラージボール卓球 9:30~	12/15 ~ 12/18	12/20	24	☆
12月22日	月	エレガンストレッチ 10:00~	12/15 ~ 12/18	12/20	40	☆
12月22日	月	さわやか気功 13:30~	12/15 ~ 12/18	12/20	35	
12月23日	火	ピラティス 9:30~	12/16 ~ 12/19	12/21	60	☆
12月23日	火	ボクシングエクササイズ 10:45~	12/16 ~ 12/19	12/21	60	☆
12月23日	火	のんびりヨーガ 19:00~	12/16 ~ 12/19	12/21	40	
12月24日	水	きままなエアロ 18:45~	12/17 ~ 12/20	12/22	60	
12月24日	水	ピラティス 20:00~	12/17 ~ 12/20	12/22	60	
12月25日	木	きままなエアロ 9:30~	12/18 ~ 12/21	12/23	60	☆
12月25日	木	パワーヨガ 10:45~	12/18 ~ 12/21	12/23	60	☆
12月25日	木	のんびりヨーガ 13:30~	12/18 ~ 12/21	12/23	40	

☆…一時保育対象。要別途事前申込。空き状況や詳細はお問合せください。