

2026年 2月

フィットネス教室スケジュール



月 火 水 木 金 土 日

						1
2 ピラティス 11:00~12:00 真里IR 多目的室	3 古典ヨガ 11:00~12:00 黒木IR 多目的室	4	5	6	7	8
9 ピラティス 11:00~12:00 真里IR 多目的室	10	11	12 YOGA 10:00~11:00 Jun IR 多目的室	13	14	15
16 ピラティス 11:00~12:00 真里IR 多目的室	17 休館日	18	19 YOGA 10:00~11:00 Jun IR 多目的室	20 産後ヨガ 10:00~11:00 mao IR 多目的室 古典ヨガ 19:00~20:00 黒木 IR 会議室	21	22
23	24 古典ヨガ 11:00~12:00 黒木IR 多目的室	25	26	27 古典ヨガ 19:00~20:00 黒木IR 会議室	28 フィットネス 無料イベント 10:00~16:00 多目的室	

予約方法：アスリートタウン延岡アリーナ ☎0982-21-3121