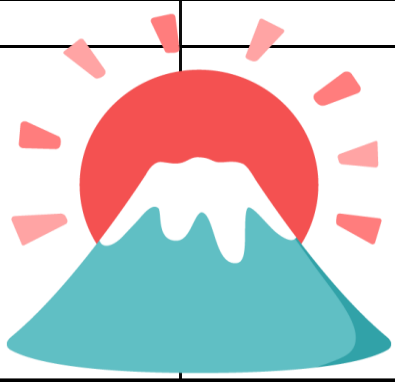






いつでも、だれでも、いつまでも

遊・Uクラブ 月間スケジュール

2026 年 1 月

	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	
					1	2	3	
					元旦マラソン Uホール 休館日	Uホール 休館日	Uホール 休館日	
	4	5	6	7	8	9	10	
		10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	19:30 フラダンス サークル	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:30 キッズリズム ダンス	18:00 Jr.バドミントン	19:00 テニスサークル	Jr.スキー教室
	11	12	13	14	15	16	17	
		成人の日	Uホール 休館日	Uホール 休館日	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:30 キッズリズム ダンス	18:00 Jr.バドミントン 19:30 ZUMBA	9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨーガ	
	18	19	20	21	22	23	24	
		10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	15:00 ステップ エクササイズ 19:00 フラダンス教室	①9:00 ②10:15 はじめての ピラティス 17:30 キッズリズム ダンス		9:15 太極拳 19:00 ボディメイク ヨーガ	
	25	26	27	28	29	30	31	
		10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	19:30 フラダンス サークル		18:00 Jr.バドミントン 19:30 ZUMBA	9:15 太極拳 11:00 ポールストレッチ 19:00 ボディメイク ヨーガ	
	遊・U-DAY開催日		誰でも参加OK！ 会員無料 にこにこ運動タイム13:00～17:00 (ビーチボール・ラージボール教室13:30～15:00) 遊・Uタイム17:00～21:00					 



2025 遊・Uクラブ会員&受講生募集

HPはこちら

Instagram
はこちら

お問合せ・お申し込みは…遊・Uクラブ TEL64-1437 (Uホール内)

ホームページ<http://www.uu-club.org/>