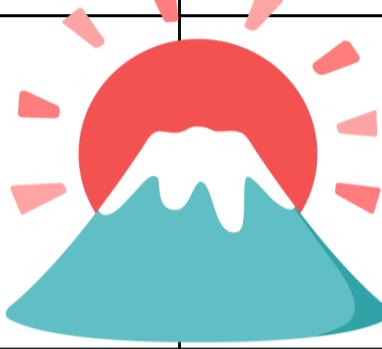


いつでも、だれでも、いつまでも

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 元旦マラソン Uホール 休館日	2 Uホール 休館日	3 Uホール 休館日
4	5 10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	6 Uホール 休館日	7 19:30 フラダンス サークル	8 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 18:00 Jr.バドミントン	10 19:00 テニスサークル Jr.スキー教室
11 成人の日	12	13 Uホール 休館日	14 Uホール 休館日	15 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	16 18:00 Jr.バドミントン 19:30 ZUMBA	17 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 10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	20 Uホール 休館日	21 15:00 ステップ エクササイズ 19:00 フラダンス教室	22 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	23	24 9:15 太極拳 19:00 ボディメイク ヨーガ
25	26 10:00 リフレッシュ ヨガ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	27 Uホール 休館日	28 19:30 フラダンス サークル	29	18:00 Jr.バドミントン 19:30 ZUMBA	30 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 31 
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