

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 6月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
	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	18:30 トランポリン 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	18:00 Jr.バドミントン 19:30 ステップ エクササイズ	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
7	8	9	10	11	12	13
	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	ノルディック ウォーク③ 18:30 トランポリン 19:00 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	13:30 ズンバゴールド 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
14	15	16	17	18	19	20
	18:00 RAKUスポ	Uホール 休館日	18:30 トランポリン 19:00 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	13:30 ズンバゴールド 18:00 Jr.バドミントン 19:30 ステップ エクササイズ	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
21	22	23	24	25	26	27
	10:00 リフレッシュヨガ 13:30 ステップ エクササイズ 18:00 RAKUスポ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日	18:30 トランポリン 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	13:30 ズンバゴールド 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 19:00 テニスサークル
28	29	30				
	10:00 リフレッシュヨガ 19:30 ピラティス	Uホール 休館日				
遊・U-DAY 催日 開		誰でも参加OK! 会員無料 ここにご運動タイム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				



2026 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/>