とよとみ スポーツCLUB 開催日一覧

令和7年
4月～6月分

4月

日	月	火	水	木	金	土
		1 ●元気体操(中)	2 ●ヨガボール	3	4	5
6	7 ◎レディースヨガ 5倍ポイントデー	8 ●元気ボール(中・河)	9 ●やさしい筋トレ	10	11 ●キッズエクササイズ	12
13	14 ●レディースヨガ	15 ●元気体操(石)	16 ●リラックスヨガ	17	18 ●キッズエクササイズ	19
20	21	22 5倍ポイントデー ◎元気体操(河)	23 ●リズムボクシング	24	25 ●キッズエクササイズ	26
27	28	29 ●元気体操(中)	30			

5月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6 ●元気体操(中)	7 5倍ポイントデー ◎やさしい筋トレ	8	9	10
11	12 ●レディースヨガ	13 ●元気ボール(中・河)	14 ●ヨガボール	15	16 ●キッズエクササイズ	17
18	19 ●レディースヨガ	20 ◆体組成計(中・河)13-14 ●元気体操(石)	21 ●リズムボクシング	22	23 ●キッズエクササイズ	24
25	26	27 ●元気体操(中)	28 5倍ポイントデー ◎リラックスヨガ	29	30 ●キッズエクササイズ	31

6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 ●元気体操(山)	4 ●やさしい筋トレ	5	6 ●キッズエクササイズ	7
8	9 ●レディースヨガ	10 5倍ポイントデー ◎元気ボール(河・石)	11 ●ヨガボール	12	13	14
15	16	17 ●元気体操(河)	18 ●リラックスヨガ	19	20 ●キッズエクササイズ	21
22	23	24 ●元気体操(石)	25 5倍ポイントデー ◎リズムボクシング	26	27 ●元気体操スペシャル(鈴) ●キッズエクササイズ	28
29	30 ●レディースヨガ					

●は通常クラス、◎は5倍ポイントデー、◆スペシャルクラスの詳細は別途回覧をご覧ください。