

resola 2022年 12月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
<p>営業時間</p> <p>《火・水・金》 AM10:00～PM19:00Lo. 20時閉館 《土・日・祝日》 AM10:00～PM16:00Lo. 17時閉館 ★ 月・木 休館日</p> <p>※予告なく変更・中止する場合がございます</p>				1	2	3
<p>年末年始のお知らせ</p> <p>2022年12月29日(木)～2023年1月5日(木)まで休館日となります。</p>				休館日	11:00～ ★3 肩 いすエアロ 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:00～ ★5 アドバンスステップ 19:30～ ★3 パワーヨガ	13:00～ ★2 肩 いす体操 15:30～ ★5 ステップ サーキット
4	5	6	7	8	9	10
10:30～ ★4 ローインパクトエアロ 16:00～ ★5 アドバンスステップ	休館日	10:30～ ★4 フィット75 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ステップ サーキット	10:30～ ★3 フィットネス 養生気功 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ダンスエアロ60	休館日	11:00～ ★3 肩 いすエアロ 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★3 パワーヨガ	13:00～ ★2 肩 いす体操 15:30～ ★5 ステップ サーキット
11	12	13	14	15	16	17
10:30～ ★4 ローインパクトエアロ 16:00～ ★5 アドバンスステップ	休館日	10:30～ ★4 フィット75 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ステップ サーキット	10:30～ ★3 フィットネス 養生気功 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ダンスエアロ60	休館日	11:00～ ★3 肩 いすエアロ 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:00～ ★5 アドバンスステップ 19:30～ ★3 パワーヨガ	13:00～ ★2 肩 いす体操 15:30～ ★5 ステップ サーキット
18	19	20	21	22	23	24
10:30～ ★4 ローインパクトエアロ 16:00～ ★5 アドバンスステップ	休館日	10:30～ ★4 フィット75 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ステップ サーキット	10:30～ ★3 フィットネス 養生気功 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ダンスエアロ60	休館日	11:00～ ★3 肩 いすエアロ 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★3 パワーヨガ	13:00～ ★2 肩 いす体操 15:30～ ★5 ステップ サーキット
25	26	27	28	29	30	31
10:30～ ★4 ローインパクトエアロ 16:00～ ★5 アドバンスステップ	休館日	10:30～ ★4 フィット75 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ステップ サーキット	※10:30～ レッスン 休講となります。 13:00～ ★2 肩 いす体操 14:00～17:00 ピーキット 19:30～ ★5 ダンスエアロ60	休館日	休館日	休館日



※ご不明な点などがございましたら、お問い合わせください。 TEL:0795-73-1166