

2026年10月～12月フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	芝エリア	芝エリア	芝エリア	芝エリア	芝エリア	芝エリア
10:00	bodyREmake Group Training 9:45～10:45 井上美香			bodyREmake Group Training 9:45～10:45 井上美香		
11:00	TRYnations Team Training 11:00～12:00 レベル2 井上美香	bodyREmake Group Training 11:30～12:30 井上美香	TRYnations Team Training 11:00～12:00 レベル1 大塚	TRYnations Team Training 11:00～12:00 レベル1 野口		
12:00						
13:00	【各種お手続き】 ・クラス変更 ⇒ 前月月末 ・退会締切 ⇒ 当月10日まで ・休会 ⇒ 前月10日まで ※お手続きはフロントにお越しください フィットネススクール初めての方に限り 2ヶ月間無料 でご体験いただけます！ 無料期間のみのご体験も可能です！ 気になる方はスタッフにお声掛けください。				TRYnations Team Training 12:30～13:30 レベル2 野口	
14:00						
15:00						
16:00	 TRYnations Basic Master コース Level 1 → Basic Master Level 2 → Basic Master Basic Master コース ▶「習慣＝正しさ×楽しさ」 - 習慣 正しさと楽しさを知らずひとりでもトレーニングを続けられるようになる。 - 正しさ 得意不得意を自覚しながらTRYメソッドを体験し、正しいトレーニング方法を理解する。 - 楽しさ コーチやメンバーとともにトレーニングの楽しさを体験する。					
17:00						
18:00						
19:00	TRYnations Team Training 19:15～20:15 レベル2 三浦	TRYnations Team Training 19:00～20:00 レベル2 井上路偉	TRYnations Team Training 19:00～20:00 レベル1 深川			
20:00						
21:00						
22:00						
23:00						



フィットネススクール カレンダー

2026年度

更新日: 2026/8/23

拡大してご覧ください



2026年 10月							2026年 11月							2026年 12月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4						1	5		1	2	3	4	5	6
			①	①	①	①							⑤		⑨	⑨	⑨	⑨	⑨	⑨
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13
①	①	①	②	②	②	②	⑤	文化の日 ⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑥	⑨	⑩	⑩	⑩	⑩	⑩	⑩
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20
スポーツの日 ②	②	②	③	③	③	③	⑥	⑥	⑥	⑥	⑥	⑥	⑦	⑩	⑪	⑪	⑪	⑪	⑪	⑪
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27
③	③	③	④	④	④	④	⑦	⑦	⑦	⑦	⑦	⑦	⑧	⑪	⑫	⑫	⑫	⑫	⑫	⑫
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31			
④	④	④	休	休	休		勤労感謝の日 ⑧	⑧	⑧	⑧	⑧	⑧	休	⑫	年末年始休講	年末年始休講	年末年始休講			
							30	休												

以下のクラスは、祝日のため特別休講とさせていただきます。
・11月3日（日） 19:00～20:00 レベル2 （三浦）

該当クラスに在籍の会員の方へは、特別振替（有効期限6ヶ月）を付与させていただきます。
予め、ご了承くださいませようお願いいたします。