

2026

1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
29	30	31	01 休講 (5週目に開講)	02	03 休講 (5週目に開講)	04 10:00-11:00 ゆるっとストレッチ 11:15-12:45 ゆるっとマダム
05	06 19:30-20:30 ジャイロキネシス®	07 17:15-18:45 Jr.A+Jr.B振替	08 17:15-18:45 Jr.B+ブチ振替 19:30-21:00 マダム&Jr.A	09	10 10:00-11:00 ブチ 11:15-12:45 マダム 13:45-15:15 Jr.AB+ブチ振替	11
12	13 19:30-20:30 ジャイロキネシス®	14 17:15-18:45 Jr.A	15 17:15-18:45 Jr.B 19:30-21:00 マダム&Jr.A	16	17 10:00-11:00 ブチ 11:15-12:45 マダム 13:45-15:15 Jr.AB	18
19	20 19:30-20:30 ジャイロキネシス®	21 17:15-18:45 Jr.A	22 17:15-18:45 Jr.B 19:30-21:00 マダム&Jr.A	23	24 10:00-11:00 ブチ 11:15-12:45 マダム 13:45-15:15 Jr.AB	25 やまぐち体操フェスティバル @維新公園アーナ
26	27 19:30-20:30 ジャイロキネシス®	28 17:15-18:45 Jr.A	29 17:15-18:45 Jr.B 19:30-21:00 マダム&Jr.A	30	31 10:00-11:00 ブチ 11:15-12:45 マダム 13:45-15:15 Jr.AB	01
02	03	1月3日までは冬休みとさせていただきます。 4日は、特別企画「ゆるっとストレッチ」と「ゆるっとマダム」のクラスを開講します。どちらもジャイロキネシス®クラス・マダムクラスの方対象です。事前予約をお願いいたします。 25日は「やまぐち体操フェスティバル」です。ジュニアクラスより4名出演させていただきます。皆様ぜひお越しください。前売り券￥1000です。				