

2026年7月トレーニング室 予定表（予約電話 0897-52-1315）

7月		9:00~10:00	10:30~11:30	13:00~14:00	14:30~15:30	16:00~17:00	18:00~19:00	7月		
1	水	教室(スマイルサポート)		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	1	水	
2	木	一般（予約制）	一般（予約制）			一般（予約制）	一般（予約制）	2	木	
3	金	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	3	金	
4	土	障がい者トレーニング		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	4	土	
5	日								5	日
6	月	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	6	月	
7	火	一般（予約制）	一般（予約制）	障がい者トレーニング					7	火
8	水	教室(スマイルサポート)		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	8	水	
9	木			一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	9	木	
10	金	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	10	金	
11	土	障がい者トレーニング		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	11	土	
12	日								12	日
13	月	一般（予約制）	ミニ講座	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	13	月	
14	火	一般（予約制）	一般（予約制）	障がい者トレーニング					14	火
15	水	教室(スマイルサポート)		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	15	水	
16	木	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	16	木	
17	金			一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	17	金	
18	土	障がい者トレーニング		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	18	土	
19	日								19	日
20	月	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	海の日		20	月	
21	火	一般（予約制）	一般（予約制）	障がい者トレーニング					21	火
22	水	教室(スマイルサポート)		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	22	水	
23	木	一般（予約制）	一般（予約制）			一般（予約制）	一般（予約制）	23	木	
24	金	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	24	金	
25	土			一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	25	土	
26	日								26	日
27	月	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	27	月	
28	火	一般（予約制）	一般（予約制）	障がい者トレーニング					28	火
29	水	教室(スマイルサポート)		一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	29	水	
30	木	一般（予約制）	一般（予約制）			一般（予約制）	一般（予約制）	30	木	
31	金	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	一般（予約制）	31	金	
7月		9:00~10:00	10:30~11:30	13:00~14:00	14:30~15:30	16:00~17:00	18:00~19:00	7月		

※1 トレーニング時間は60分の計14名までの予約制です。

※2 閉室時間の5分前までに利用を終了し、閉室時間までに退室してください。

**7/13(月)10:30～姿勢を意識してみるミニ講座があります。講座を受けたい方は予約が必要です。
講座は、20分ぐらいです。定員14名です。**

★ 詳しい内容は、受付スタッフに、お声がけ下さい★