

# 2026年10月度～2027年3月度

## REBORNS FIT SWIMスクールカレンダー

| 10月度 |    | テーマ：生活習慣病～敏捷性・瞬発力 |     |     |      |    |    |
|------|----|-------------------|-----|-----|------|----|----|
| 曜日   | 日  | 月                 | 火   | 水   | 木    | 金  | 土  |
| スクール |    |                   |     |     | 1    | 2  | 3  |
| 週目   |    |                   |     |     | 休講日  |    |    |
| 行事   |    |                   |     |     |      |    |    |
| スクール | 4  | 5                 | 6   | 7   | 8    | 9  | 10 |
| 週目   |    | 1週目               | 1週目 | 1週目 | 1週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 11 | 12                | 13  | 14  | 15   | 16 | 17 |
| 週目   |    | 2週目               | 2週目 | 2週目 | 2週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 18 | 19                | 20  | 21  | 22   | 23 | 24 |
| 週目   |    | 3週目               | 3週目 | 3週目 | 3週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 25 | 26                | 27  | 28  | 29   | 30 | 31 |
| 週目   |    | 4週目               | 4週目 | 4週目 | 4週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |

| 11月度 |    | テーマ：姿勢～静的バランス能力 |     |     |      |    |    |
|------|----|-----------------|-----|-----|------|----|----|
| 曜日   | 日  | 月               | 火   | 水   | 木    | 金  | 土  |
| スクール | 1  | 2               | 3   | 4   | 5    | 6  | 7  |
| 週目   |    | 1週目             | 1週目 | 1週目 | 1週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 8  | 9               | 10  | 11  | 12   | 13 | 14 |
| 週目   |    | 2週目             | 2週目 | 2週目 | 2週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 15 | 16              | 17  | 18  | 19   | 20 | 21 |
| 週目   |    | 3週目             | 3週目 | 3週目 | 3週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 22 | 23              | 24  | 25  | 26   | 27 | 28 |
| 週目   |    | 4週目             | 4週目 | 4週目 | 4週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 29 | 30              |     |     |      |    |    |
| 週目   |    | 休講日             |     |     |      |    |    |
| 行事   |    |                 |     |     |      |    |    |

| 12月度 |    | テーマ：免疫～動的バランス能力 |     |     |      |    |    |
|------|----|-----------------|-----|-----|------|----|----|
| 曜日   | 日  | 月               | 火   | 水   | 木    | 金  | 土  |
| スクール |    |                 | 1   | 2   | 3    | 4  | 5  |
| 週目   |    |                 | 1週目 | 1週目 | 1週目  |    |    |
| 行事   |    |                 | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 6  | 7               | 8   | 9   | 10   | 11 | 12 |
| 週目   |    | 1週目             | 2週目 | 2週目 | 2週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 13 | 14              | 15  | 16  | 17   | 18 | 19 |
| 週目   |    | 2週目             | 3週目 | 3週目 | 3週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 20 | 21              | 22  | 23  | 24   | 25 | 26 |
| 週目   |    | 3週目             | 4週目 | 4週目 | 4週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 27 | 28              | 29  | 30  | 31   |    |    |
| 週目   |    | 4週目             | 休講日 | 休講日 | 休講日  |    |    |
| 行事   |    | SWIM            |     |     |      |    |    |
| スクール |    |                 |     |     |      |    |    |
| 週目   |    |                 |     |     |      |    |    |
| 行事   |    |                 |     |     |      |    |    |

| 1月度  |    | テーマ：シェイプアップ～全身持久力 |     |     |      |    |    |
|------|----|-------------------|-----|-----|------|----|----|
| 曜日   | 日  | 月                 | 火   | 水   | 木    | 金  | 土  |
| スクール |    |                   |     |     |      | 1  | 2  |
| 週目   |    |                   |     |     |      |    |    |
| 行事   |    |                   |     |     |      |    |    |
| スクール | 3  | 4                 | 5   | 6   | 7    | 8  | 9  |
| 週目   |    | 1週目               | 1週目 | 1週目 | 1週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 10 | 11                | 12  | 13  | 14   | 15 | 16 |
| 週目   |    | 2週目               | 2週目 | 2週目 | 2週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 17 | 18                | 19  | 20  | 21   | 22 | 23 |
| 週目   |    | 3週目               | 3週目 | 3週目 | 3週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 24 | 25                | 26  | 27  | 28   | 29 | 30 |
| 週目   |    | 4週目               | 4週目 | 4週目 | 4週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 31 |                   |     |     |      |    |    |
| 週目   |    |                   |     |     |      |    |    |
| 行事   |    |                   |     |     |      |    |    |

| 2月度  |    | テーマ：筋力・脚力～筋力・筋持久力 |     |     |      |    |    |
|------|----|-------------------|-----|-----|------|----|----|
| 曜日   | 日  | 月                 | 火   | 水   | 木    | 金  | 土  |
| スクール |    | 1                 | 2   | 3   | 4    | 5  | 6  |
| 週目   |    | 1週目               | 1週目 | 1週目 | 1週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 7  | 8                 | 9   | 10  | 11   | 12 | 13 |
| 週目   |    | 2週目               | 2週目 | 2週目 | 2週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 14 | 15                | 16  | 17  | 18   | 19 | 20 |
| 週目   |    | 3週目               | 3週目 | 3週目 | 3週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 21 | 22                | 23  | 24  | 25   | 26 | 27 |
| 週目   |    | 4週目               | 4週目 | 4週目 | 4週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM              | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 28 |                   |     |     |      |    |    |
| 週目   |    |                   |     |     |      |    |    |
| 行事   |    |                   |     |     |      |    |    |
| スクール |    |                   |     |     |      |    |    |
| 週目   |    |                   |     |     |      |    |    |
| 行事   |    |                   |     |     |      |    |    |

| 3月度  |    | 腰痛・膝痛～柔軟性 |     |     |      |    |    |
|------|----|-----------|-----|-----|------|----|----|
| 曜日   | 日  | 月         | 火   | 水   | 木    | 金  | 土  |
| スクール |    | 1         | 2   | 3   | 4    | 5  | 6  |
| 週目   |    | 1週目       | 1週目 | 1週目 | 1週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM      | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 7  | 8         | 9   | 10  | 11   | 12 | 13 |
| 週目   |    | 2週目       | 2週目 | 2週目 | 2週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM      | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 14 | 15        | 16  | 17  | 18   | 19 | 20 |
| 週目   |    | 3週目       | 3週目 | 3週目 | 3週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM      | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 21 | 22        | 23  | 24  | 25   | 26 | 27 |
| 週目   |    | 4週目       | 4週目 | 4週目 | 4週目  |    |    |
| 行事   |    | SWIM      | FIT | FIT | SWIM |    |    |
| スクール | 28 | 29        | 30  | 31  |      |    |    |
| 週目   |    | 休講日       | 休講日 | 休講日 |      |    |    |
| 行事   |    |           |     |     |      |    |    |
| スクール |    |           |     |     |      |    |    |
| 週目   |    |           |     |     |      |    |    |
| 行事   |    |           |     |     |      |    |    |