

# 2025年4月度～2025年9月度 RENBORNS FIT スクールカレンダー

| 4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  | 4  | 5  |  |
| 週目   |    |                   |     | 1週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 6  | 7                 | 8   | 9   | 10 | 11 | 12 |  |
| 週目   |    |                   |     | 2週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 13 | 14                |     | 16  | 17 | 18 | 19 |  |
| 週目   |    |                   |     | 3週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 20 | 21                | 22  | 23  | 24 | 25 | 26 |  |
| 週目   |    |                   |     | 4週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 27 | 28                | 29  | 30  |    |    |    |  |
| 週目   |    |                   | 休講日 | 休講日 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |     |     |    |    |    |  |
| スクール |    |                   |     |     |    |    |    |  |
| 週目   |    |                   |     |     |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |     |     |    |    |    |  |

| 5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   |  |
| 週目   |      |                 |    |     | 休講日 | 休講日 | 休講日 |  |
| 行事   |      |                 |    |     |     |     |     |  |
| スクール | 4    | 5               | 6  | 7   | 8   | 9   | 10  |  |
| 週目   | 休講日  | 休講日             |    | 1週目 |     |     |     |  |
| 行事   |      |                 |    |     |     |     |     |  |
| スクール | 11   | 12              | 13 | 14  | 15  | 16  | 17  |  |
| 週目   |      |                 |    | 2週目 |     |     |     |  |
| 行事   |      |                 |    |     |     |     |     |  |
| スクール | 18   | 19              | 20 | 21  | 22  | 23  | 24  |  |
| 週目   |      |                 |    | 3週目 |     |     |     |  |
| 行事   |      |                 |    |     |     |     |     |  |
| スクール | 25   | 26              | 27 | 28  | 29  | 30  | 31  |  |
| 週目   |      |                 |    | 4週目 |     |     |     |  |
| 行事   |      |                 |    |     |     |     |     |  |
| スクール | 6月1日 | 6月2日            |    |     |     |     |     |  |
| 週目   |      |                 |    |     |     |     |     |  |
| 行事   |      |                 |    |     |     |     |     |  |

| 6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  | 6  | 7  |  |
| 週目   |    |                 |    | 1週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 8  | 9               | 10 | 11  | 12 | 13 | 14 |  |
| 週目   |    |                 |    | 2週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 15 | 16              | 17 | 18  | 19 | 20 | 21 |  |
| 週目   |    |                 |    | 3週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 22 | 23              | 24 | 25  | 26 | 27 | 28 |  |
| 週目   |    |                 |    | 4週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 29 | 30              |    |     |    |    |    |  |
| 週目   |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| 行事   |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| スクール |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| 週目   |    |                 |    |     |    |    |    |  |
| 行事   |    |                 |    |     |    |    |    |  |

| 7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   | 3  | 4  | 5  |  |
| 週目   |    |                   |    | 1週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 6  | 7                 | 8  | 9   | 10 | 11 | 12 |  |
| 週目   |    |                   |    | 2週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 13 | 14                | 15 | 16  | 17 | 18 | 19 |  |
| 週目   |    |                   |    | 3週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 20 | 21                | 22 | 23  | 24 | 25 | 26 |  |
| 週目   |    |                   |    | 4週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| スクール | 27 | 28                | 29 | 30  | 31 |    |    |  |
| 週目   |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| スクール |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| 週目   |    |                   |    |     |    |    |    |  |
| 行事   |    |                   |    |     |    |    |    |  |

| 8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 |     |                   | 7月29日 | 7月30日 | 7月31日 | 1   | 2   |  |
| 週目   |     |                   |       | 1週目   |       |     |     |  |
| 行事   |     |                   |       |       |       |     |     |  |
| スクール | 3   | 4                 | 5     | 6     | 7     | 8   | 9   |  |
| 週目   |     |                   |       | 2週目   |       |     |     |  |
| 行事   |     |                   |       |       |       |     |     |  |
| スクール | 10  | 11                | 12    | 13    | 14    | 15  | 16  |  |
| 週目   |     |                   | 休講日   | 休講日   | 休講日   | 休講日 | 休講日 |  |
| 行事   |     |                   |       |       |       |     |     |  |
| スクール | 17  | 18                | 19    | 20    | 21    | 22  | 23  |  |
| 週目   | 休講日 |                   |       | 3週目   |       |     |     |  |
| 行事   |     |                   |       |       |       |     |     |  |
| スクール | 24  | 25                | 26    | 27    | 28    | 29  | 30  |  |
| 週目   |     |                   |       | 4週目   |       |     |     |  |
| 行事   |     |                   |       |       |       |     |     |  |
| スクール | 31  |                   |       |       |       |     |     |  |
| 週目   |     |                   |       |       |       |     |     |  |
| 行事   |     |                   |       |       |       |     |     |  |

| 9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 |    |    |    |  |
| 行事   |    |           |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 7  | 8         | 9   | 10  | 11 | 12 | 13 |  |
| 週目   |    |           |     | 2週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |           |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 14 | 15        | 16  | 17  | 18 | 19 | 20 |  |
| 週目   |    |           |     | 3週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |           |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 21 | 22        | 23  | 24  | 25 | 26 | 27 |  |
| 週目   |    |           |     | 4週目 |    |    |    |  |
| 行事   |    |           |     |     |    |    |    |  |
| スクール | 28 | 29        | 30  |     |    |    |    |  |
| 週目   |    | 休講日       | 休講日 |     |    |    |    |  |
| 行事   |    |           |     |     |    |    |    |  |
| スクール |    |           |     |     |    |    |    |  |
| 週目   |    |           |     |     |    |    |    |  |
| 行事   |    |           |     |     |    |    |    |  |