

2026年4月度～2026年9月度 REBORNS 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
週目				1週目			
行事							
スクール	5	6	7	8	9	10	11
週目				2週目			
行事							
スクール	12	13	14	15	16	17	18
週目				3週目			
行事							
スクール	19	20	21	22	23	24	25
週目				4週目			
行事							
スクール	26	27	28	29	30		
週目				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
週目							
行事							
スクール	3	4	5	6	7	8	9
週目				1週目			
行事							
スクール	10	11	12	13	14	15	16
週目				2週目			
行事							
スクール	17	18	19	20	21	22	23
週目				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							

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