

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

REBORNsスケジュール

月曜日：11：45～12：45 担当 有我
火曜日：11：00～12：00 担当 天野
水曜日：10：15～11：15 担当 青井