

2025年4月度～2025年9月度 メガロス横浜天王町 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	1週目			
行事								
スクール	6	7	8	9	10	11	12	
週目	1週目	1週目	2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	2週目	3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	3週目	4週目	4週目	4週目			
行事								
スクール	27	28	29	30				
週目	4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 ※6/1(日)、2(土)は5月度の4週目となります。						
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	休講日	休講日	1週目	1週目	1週目			
行事								
スクール	11	12	13	14	15	16	17	
週目	1週目	1週目	2週目	2週目	2週目			
行事								
スクール	18	19	20	21	22	23	24	
週目	2週目	2週目	3週目	3週目	3週目			
行事								
スクール	25	26	27	28	29	30	31	
週目	3週目	3週目	4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	4週目						
行事								

6月度		テーマ：免疫～動的バランス能力 ※6/1(日)、2(土)は5月度の4週目となります。						
曜日	日	月	火	水	木	金	土	
スクール	1	2	3	4	5	6	7	
週目	5月4週目	5月4週目	1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	1週目	2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	2週目	3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	3週目	4週目	4週目	4週目			
行事								
スクール	29	30						
週目	4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 ※7/29(火)、30(水)、31(木)は8月度の1週目となります。						
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								
スクール	6	7	8	9	10	11	12	
週目	1週目	1週目	2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	2週目	3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	3週目	4週目	4週目	4週目			
行事								
スクール	27	28	29	30	31			
週目	4週目	4週目	8月1週目	8月1週目	8月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 ※7/29(火)、30(水)、31(木)は8月度の1週目となります。						
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	1週目			
行事								
スクール	3	4	5	6	7	8	9	
週目	1週目	1週目	2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	2週目	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	3週目	3週目	3週目			
行事								
スクール	24	25	26	27	28	29	30	
週目	3週目	4週目	4週目	4週目	4週目			
行事								
スクール	31							
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		1週目	1週目	1週目	1週目			
行事								
スクール	7	8	9	10	11	12	13	
週目	1週目	2週目	2週目	2週目	2週目			
行事								
スクール	14	15	16	17	18	19	20	
週目	2週目	3週目	3週目	3週目	3週目			
行事								
スクール	21	22	23	24	25	26	27	
週目	3週目	4週目	4週目	4週目	4週目			
行事								
スクール	28	29	30					
週目	4週目	休講日	休講日					
行事								
スクール								
週目								
行事								