

January

骨盤底筋体操教室

2026

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
29	30	31	01	02	03	04
05	06 多目的ルーム 14:00～15:00	07	08	09	10	11
12	13 多目的ルーム 14:00～15:00	14	15	16	17	18
19	20 多目的ルーム 14:00～15:00	21	22	23	24	25
26	27 多目的ルーム 14:00～15:00	28	29	30	31	01
02	03	Notes:				