

成人

ヨーガ健康法教室

2026.4

~2027.3

□ : レッスン日

■ : レッスン振替日

□ : レッスンがない日

■ : 休館日

※日程は変更することがありますのでご了承ください。

4 April 2026						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5 May 2026						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6 June 2026						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7 July 2026						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8 August 2026						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

◆18日(火)は10日(月)の振替日です
◆思斉館改修工事のため、8月の練習回数を他月と調整しております

9 September 2026						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10 October 2026						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

◆13日(火)は12日(月・祝)の振替日です

11 November 2026						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12 December 2026						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1 January 2027						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

◆12日(火)は11日(月・祝)の振替日です

2 February 2027						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

3 March 2027						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

緊急連絡やイベント情報は、当会HP「会員の皆さまへ」に掲載いたします。



変更・終了の「お届け」は前月最終営業日が締切です。

お届け手続きは会員証をご持参の上、巢鴨スポーツセンター本館総合受付にてお願いいたします。

三菱養和スポーツクラブ
03-3915-2711

公益財団法人三菱養和会 巢鴨スポーツセンター

平日 ... 10:00~12:30、13:30~20:00
受付時間 土曜日 ... 10:00~19:00
日曜・祝日 ... 10:00~12:30、13:30~17:00