

2026年 らく楽自主トレーニング 開設日

上段●:午前(9時10分～12時00分)
下段○:午後(13時10分～17時00分)

2月						
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
	●	●	●		●	●
	○	○	相談会	○	○	
22	23	24	25	26	27	28
	●	●	●		●	●
	○	○	△	○	○	

※  の日は、トレーニングはできません。



2/18(水)13:30～15:30は講師の先生が来ます。
トレーニングの正しいやり方や、ストレッチ方法など教えてもらえます！！
※17:00までトレーニングできます。

※△の日は、13時10分～15時までです。