

【2026年度】

スタジオレッスン

○施設の利用状況により、日程が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

...レッスン日							...次月不足分レッスン日						
2026年4月							5月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30
							31						
注 記 事 項							注 記 事 項						
月曜日:3回レッスン							月曜日:3回レッスン						
火曜日:3回レッスン							火曜日:3回レッスン						
水曜日:3回レッスン							水曜日:3回レッスン						
木曜日:3回レッスン							木曜日:3回レッスン						
金曜日:4回レッスン(5月不足分含)							金曜日:3回レッスン(6月不足分含、5月不足分は4/24に実施)						
6月							注 記 事 項						
日	月	火	水	木	金	土	月曜日:3回レッスン						
		1	2	3	4	5	火曜日:4回レッスン(7月不足分含)						
7	8	9	10	11	12	13	水曜日:3回レッスン						
14	15	16	17	18	19	20	木曜日:3回レッスン						
21	22	23	24	25	26	27	金曜日:2回レッスン(不足分は5/29に実施)						
28	29	30											

7月							8月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							30	31					
注 記 事 項							注 記 事 項						
月曜日:4回レッスン(8月不足分含)							月曜日:2回レッスン(不足分は7/27に実施)						
火曜日:3回レッスン(8月不足分含、7月不足分は6/30に実施)							火曜日:2回レッスン(不足分は7/28に実施)						
水曜日:4回レッスン(8月不足分含)							水曜日:3回レッスン(9月不足分含、8月不足分は7/22に実施)						
木曜日:4回レッスン(8月不足分含)							木曜日:3回レッスン(9月不足分含、8月不足分は7/23に実施)						
金曜日:4回レッスン(8月不足分含)							金曜日:3回レッスン(9月不足分含、8月不足分は7/24に実施)						
9月							注 記 事 項						
日	月	火	水	木	金	土	月曜日:施設利用の都合上、休講となります。						
		1	2	3	4	5	火曜日:2回練習(不足分1は7~9月に振替をお取りください)						
6	7	8	9	10	11	12	水曜日:2回レッスン(不足分は8/19に実施)						
13	14	15	16	17	18	19	木曜日:2回レッスン(不足分は8/27に実施)						
20	21	22	23	24	25	26	金曜日:2回レッスン(不足分は8/28に実施)						
27	28	29	30										

10月							11月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30					
注 記 事 項							注 記 事 項						
月曜日:2回練習(不足分1日は10~12月に振替をお取りください)							月曜日:3回レッスン						
火曜日:4回レッスン(11月不足分含)							火曜日:2回レッスン(不足は10/27に実施)						
水曜日:4回レッスン(11月不足分含)							水曜日:2回レッスン(不足は10/28に実施)						
木曜日:3回レッスン							木曜日:3回レッスン(不足は10/29に実施)						
金曜日:3回レッスン							金曜日:2回レッスン(不足分1日は10~12月に振替をお取りください)						
12月							注 記 事 項						
日	月	火	水	木	金	土	月曜日:3回レッスン						
		1	2	3	4	5	火曜日:3回レッスン						
6	7	8	9	10	11	12	水曜日:3回レッスン						
13	14	15	16	17	18	19	木曜日:3回レッスン						
20	21	22	23	24	25	26	金曜日:3回レッスン						
27	28	29	30	31									

2027年1月							2月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2			1	2	3	4	5
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
24	25	26	27	28	29	30	28						
31													
注 記 事 項							注 記 事 項						
月曜日:3回レッスン							月曜日:3回レッスン						
火曜日:3回レッスン							火曜日:3回レッスン						
水曜日:3回レッスン							水曜日:3回レッスン						
木曜日:3回レッスン							木曜日:3回レッスン						
金曜日:3回レッスン							金曜日:3回レッスン						
3月							注 記 事 項						
日	月	火	水	木	金	土	月曜日:3回レッスン						
		1	2	3	4	5	火曜日:3回レッスン						
7	8	9	10	11	12	13	水曜日:3回レッスン						
14	15	16	17	18	19	20	木曜日:3回レッスン						
21	22	23	24	25	26	27	金曜日:3回レッスン						
28	29	30	31										

東京アクアティクスセンター

TEL 03-5534-6410

【2026年度】

フィットネスプールレッスン

○施設の利用状況により、日程が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

・・・レッスン日							・・・次月不足分レッスン日							・・・前月不足分レッスン日						
2026年4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
							31													
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項						
火曜日:3回レッスン							火曜日:3回レッスン							火曜日:4回レッスン(7月不足分含)						
水曜日:3回レッスン							水曜日:3回レッスン							水曜日:3回レッスン						
金曜日:3回レッスン							金曜日:3回レッスン							金曜日:3回レッスン						
7月							8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30			
							30	31												
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項						
火曜日:3回レッスン(8月不足分含、7月不足分は6/30に実施)							火曜日:2回レッスン(不足分は7/28に実施)							火曜日:2回レッスン(不足分は10/6に実施)						
水曜日:3回レッスン(8月不足分含)							水曜日:3回レッスン							水曜日:2回レッスン(不足分は10/7に実施)						
金曜日:4回レッスン(8月不足分含)							金曜日:2回レッスン(不足分は7/24に実施)							金曜日:2回レッスン(不足分は10/9に実施)						
10月							11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3							1			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	8	9	10	11	12	13	14	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	15	16	17	18	19	20	21	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30	31	22	23	24	25	26	27	28	27	28	29	30	31		
							29	30												
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項						
火曜日:4回レッスン(9月不足分含)							施設利用の都合上、休講となります。							火曜日:2回レッスン(不足分は1/5に実施)						
水曜日:4回レッスン(9月不足分含)														水曜日:2回レッスン(不足分は1/6に実施)						
金曜日:3回レッスン(9月不足分含、10月不足分は11/6に実施)							※11/6は、10月の金曜日不足分として実施します。							金曜日:2回レッスン(不足分は10、12月で振替をお取りください)						
2027年1月							2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2							1			1	2	3	4	5
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27
24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31			
31																				
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項						
火曜日:4回レッスン(12月不足分含)							火曜日:2回レッスン(不足分は3/2に実施)							火曜日:4回レッスン(2月不足分含)						
水曜日:4回レッスン(12月不足分含)							水曜日:3回レッスン							水曜日:3回レッスン						
金曜日:3回レッスン							金曜日:3回レッスン							金曜日:2回レッスン(不足分は2、3月月で振替をお取りください)						

東京アクアティクスセンター

TEL 03-5534-6410