

## 2025年度 サンハート体操教室 年間レッスン表(後期)

|     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 9月  | 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 |    |
|     | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  |    |
|     | ◇ | ◇ | ◇ | ◇ | ◇ | ◇ | 休 | ◇ | ◇ | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | 休  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | ○  | ○  |    |
| 10月 | 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 |
|     | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  |
|     | ○ | ○ | ○ | ○ | 休 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○  | ○  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |
| 11月 | 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 |    |
|     | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |    |
|     | ○ | 休 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 休 | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  |
| 12月 | 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 |
|     | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  |
|     | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 休 | ○ | ○ | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  |
| 1月  | 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 |
|     | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|     | 休 | 休 | 休 | 休 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |
| 2月  | 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 |    |    |    |
|     | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |    |    |    |
|     | 休 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 休 | 休 | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  |    |    |    |
| 3月  | 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 |
|     | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  |
|     | 休 | ◇ | ◇ | ◇ | ◇ | ◇ | ◇ | 休 | ◇ | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | 休  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | ◇  | 休  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | 休  | 休  | 休  |

○は通常レッスン  
◇はA・Bテスト期間

2025度は2024年3月31日～2025年3月28日まで  
全クラス45回のレッスンです。

連絡先 087-881-8080  
[info@sunheart-gym.jp](mailto:info@sunheart-gym.jp)