



2026年 9月

<りぼんくらぶ・松戸メンバー> スケジュール



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 日 10時～11時 稔台（別館） 鷺足	2 日 10時～11時 東部 呉竹	3 日	4 日	5日12日19日26日 【毎週土曜日】 りぼんくらぶ・三矢小台にて 体操&マシントレーニング 開催中！ A（マシン+集団） 9:15～10:30 B（集団+マシン） 10:00～11:15 C（マシン+集団） 10:35～11:50 D（マシン+集団） 13:15～14:30 E（集団+マシン） 14:00～15:15 F（マシン+集団） 14:35～15:50 G（集団+マシン） 15:20～16:30 ★詳しくはチラシを ご覧ください！
			14時～15時 馬橋東 鷺足 二十世紀 渋谷	15時～16時 馬橋 柴山	13時～14時 古ヶ崎 寺田 14時～15時 柿ノ木台 渋谷	
6 日	7 日	8 日 10時～11時 稔台（別館） 石原	9 日 10時～11時 東部 呉竹 14時～15時 二十世紀 石原	10 日 10時～11時 馬橋東 ペ・スニ	11 日 13時～14時 馬橋 寺田 14時～15時 柿ノ木台 渋谷	
	14時～15時 馬橋 ペ・スニ					
13 日	14 日 かんたんヨガ10～10:40 ウエルネス馬橋5階（鷺足）	15 日 10時～11時 稔台（別館） 鷺足	16 日 15時～16時 二十世紀 渋谷	17 日 10時～11時 馬橋東 ペ・スニ 14時～15時 古ヶ崎 柴山	18 日 14時～15時 柿ノ木台 石原 15時～16時 馬橋 寺田	
20 日	21 日 10時～11時 馬橋東 鷺足	22 日	23 日 10時～11時 東部 呉竹	24 日 15時～16時 馬橋 ペ・スニ	25 日 13時～14時 古ヶ崎 寺田	
27 日	28 日 かんたんヨガ10～10:40 ウエルネス馬橋5階（鷺足）	29 日 10時～11時 稔台（別館） 石原	30 日 10時～11時 東部 呉竹			