

フィットネス倶楽部 コレカラ 週間プログラム（令和7年10月～）

	月	火	水	木	金	土
午前	レッドコード 9:30～ 10:20 理学療法士 サーキット トレーニング 09:00 ～ 12:00 理学療法士 サポーター	レッドコード 9:30～ 10:20 理学療法士 サーキット トレーニング 09:00 ～ 12:00 理学療法士 サポーター	あったかす リハビリ 体操指導士 養成講座 9:00 ～ 12:00 理学療法士	サーキット トレーニング 9:00 ～ 12:00 理学療法士 サポーター	レッドコード 9:30～ 10:20 理学療法士 レッドコード 10:30～ 11:20 理学療法士 サーキット トレーニング 9:00～12:00 理学療法士 サポーター	レッドコード 9:30～ 10:20 理学療法士 サーキット トレーニング 09:00 ～ 12:00 理学療法士 サポーター
午後	レッドコード 13:00～ 13:50 理学療法士 サーキット トレーニング 13:00 ～ 16:30 理学療法士 サポーター	休館	レッドコード 13:00～ 13:50 理学療法士 レッドコード 14:00～ 14:50 理学療法士 サーキット トレーニング 13:00～ 16:30 理学療法士 サポーター	レッドコード 13:00～ 13:50 理学療法士 サーキット トレーニング 13:00～ 16:30 理学療法士 サポーター ナイト フィットネス 17:30～ 20:00 サポーター	休館	サーキット トレーニング 13:00 ～ 16:30 理学療法士 サポーター

ご利用料金（ご利用券は券売機にてお求め下さい）

メニュー	利用料金	定員	期間
体力評価	100 円/回		6 ヶ月
サーキットトレーニング	50 円/回（60 歳未満は 100 円/回）		通年
レッドコード教室	500 円/月	1 クラス:8 名	6 ヶ月
アクアタイザー（水圧マッサージ）	100円/回		通年
シャワー	休止中		通年

<お問い合わせ> フィットネス倶楽部コレカラ 0166-76-5120